DOCUMENT RESUME

ED 403 375 UD 031 532

TITLE	Welcome to the United States. A Guidebook for Refugees (Arabic Version).
INSTITUTION	Center for Applied Linguistics, Washington, DC. Refugee Service Center.
SPONS AGENCY	Department of State, Washington, DC. Bureau of Population, Refugees, and Migration.
PUB DATE	96
NOTE	101p.; For English version, see ED 402 361. Photographs may not reproduce well.
AVAILABLE FROM	Refugee Service Center, Center for Applied Linguistics, 118 22nd Street N.W., Washington, DC 20037 (English and other language versions; (202) 429-9292; fax: (202) 659-5641).
PUB TYPE	Guides - Non-Classroom Use (055)
LANGUAGE	Arabic
EDRS PRICE	MF01/PC05 Plus Postage.
DESCRIPTORS	*Acculturation; Adult Education; Arabic; Civil Rights; Cultural Awareness; Elementary Secondary Education; Employment; Health; Housing; *Immigrants; Immigration; Language Proficiency; *Refugees; Relocation; *Social Services
IDENTIFIERS	*Arabic Speaking

ABSTRACT

This guidebook provides Arabic-speaking refugees being resettled in the United States with general information about what they will encounter and the services they can receive in their first months in the country. The book is distributed to overseas processing agencies, refugees overseas who have been approved for U.S. admission, and service providers. Refugees are advised that most Americans value self-reliance and individual responsibility, but that in general people respect those who ask questions about the new culture they are entering. All refugees are assigned to a relocation agency as they arrive in the United States, and housing is made available for the first month. The following topics are addressed: (1) pre-arrival processing; (2) the role of the resettlement agency; (3) community services; (4) housing; (5) transportation; (6) employment; (7) education; (8) health; (9) managing your money; (10) rights and responsibilities of refugees; and (11) cultural adjustment. Among the topics discussed is that of the American educational system, both for children and adults. A general outline of the public school system includes a discussion of the American tradition of public participation in education. A map of the United States is included. (SLD)

****
* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made *
* from the original document. *
****

ED 403 375

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)
X This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.
☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.
• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

PERMISSION TO REPRODUCE AND DISSEMINATE THIS MATERIAL HAS BEEN GRANTED BY
D. Christan
CAL
TO THE EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

مرحبا بكم

في الولايات المتحدة

دليل للاجئين

الطبعة الأولى
١٩٩٦

أعدّها مركز علم اللغويات التطبيقي
مركز خدمات اللاجئين

ترجمة عقيل عباس

تمت تصوير محتويات هذا الكتاب وطباعته بموجب اتفاقية تعاونية مع مكتب السكان والاجئين والهجرة التابع لوزارة خارجية الولايات المتحدة. ومع ذلك فان هذا الكتاب ليس اصدارا رسميا عن وزارة خارجية الولايات المتحدة.

يمكن إعادة انتاج هذا الكتاب بجميع محتوياته. ورغم ذلك لانسمح باستخدام الصور والاقتباسات لأي اصدار آخر ولأي أغراض أخرى بدون الموافقة الصريحة من المنظمات المنبرة.

ساهم ممثلون من الوكالات التالية في كتابة كتاب "مرحباً بكم في الولايات المتحدة: دليل للاجئين":

African Services Committee of New York
Center for Applied Linguistics
Church World Service
International Catholic Migration Commission
International Institute of Erie, Pennsylvania
International Organization for Migration
International Rescue Committee
Iowa Department of Human Services
Jewish Family Services of Baltimore
Lutheran Social Services of the National Capital Area
Lutheran Social Services of Fargo, North Dakota
Maryland Office of Refugee Affairs
Office of Refugee Resettlement
Refugee Services Alliance of Houston
United States Catholic Conference
World Relief Refugee Services

الصور:

Arizona International Refugee Consortium, Inc.
Center for Applied Linguistics
Lutheran Social Services of Fargo, North Dakota
Lutheran Social Services of the National Capital Area
PhotoDisc Inc.

الاقتباسات:

Scattered Children (Save the Children Refugee Programs)
Bosnian Refugee Resettlement in the U.S.—Part II: Refugee Response (Center for Applied Linguistics)

الغلاف والتصميم SAGARTdesign

يزود كتاب "مرحباً بكم في الولايات المتحدة: دليل للاجئين" اللاجئين الذين يتم توطينهم في الولايات المتحدة بمعلومات عامة عما سيواجهونه والخدمات التي سيحتاجونها في خلال أشهرهم الأولى في البلد. يهدف هذا الدليل الى مساعدة اللاجئين المتجهين الى الولايات المتحدة على تطوير آمال واقعية بشأن العمل والدراسة والصحة وانواح حياتية اخرى في الولايات المتحدة.

تمت كتابة هذا الدليل بتوجيه من مكتب السكان واللاجئين والهجرة التابع لوزارة خارجية الولايات المتحدة. وساهم في كتابته مسؤولون في الحكومة الفيدرالية وفي حكومات الولايات المتحدة وممثلون عن وكالات التوطين ولاجئون تم توطينهم مؤخراً.

يتم توزيع هذا الدليل المتوفر بعضع لغات على وكالات اجراء معاملات اللجوء واللاجئين في ما وراء البحار من الذين تمت الموافقة على دخولهم الى الولايات المتحدة لكنهم لم يتموا بعد معاملات لجؤهم. كما يتم توزيعه على أولئك الذين يساعدون اللاجئين في خلال فترة استيطانهم التمهيدية من أجل أن يكون مزودو الخدمات على معرفة بالمعلومات التي يتلقاها زبائنهم اللاجئون قبل وصولهم الى الولايات المتحدة.

يستبدل كتاب "مرحباً بكم في الولايات المتحدة: دليل للاجئين" وصدارا أسبق للاجئين اسمه "الدليل الى التوطين في الولايات المتحدة".

المحتويات

توطئة	٢
المقدمة	٤
١- إجراءات ماقبل الوصول	٨
٢- دور وكالة التوطين	٦١
٣- الخدمات العامة في منطقتك	٢٠
٤- الاسكان	٢٦
٥- النقل	٣٢
٦- العمل في الولايات المتحدة	٣٦
٧- التعليم	٥٤
٨- الصحة	٦٤
٩- تدبير نقودك	٧٠
١٠- حقوق اللاجئين وواجباتهم	٧٨
١١- التكيّف الحضاري	٨٤

سيساعدك هذا الدليل في التهيؤ للأشهر القليلة الأولى لك في الولايات المتحدة. يشرح الدليل المراحل الأولى من عملية التوطين ويوفّر معلومات حول نواحٍ حياتية أساسية في الولايات المتحدة. ليس بامكان دليل توجيه واحد أن يقدّم لك كل ما تحتاج الى معرفته لأن عملية التوطين طويلة ومعقدة وتختلف باختلاف كل لاجىء. إذا لم تفهم شيئاً مما يتناوله هذا الكتاب أو إذا لم تجد إجابة على أسئلتك بشأن الحياة في الولايات المتحدة في هذا الكتاب فسيقوم العاملون بوكالة التوطين بمساعدتك للحصول على الأجوبة بعد وصولك. ان موقفاً متفتحاً تواقاً للمعرفة هو ذخرك الثمين الذي سيساعدك في التكيف بنجاح مع الحياة في الولايات المتحدة.

نتمنّى لك الخير!

BEST COPY AVAILABLE

ان الولايات المتحدة بلد واسع ومتنوع وبالتالي يصعب اطلاق تعميمات بشأنه اذ تضم الولايات المتحدة ضمن حدودها تبايناً هائلاً في الجغرافية واختلافاً كبيراً في المناخ وتنوعاً عظيماً بين اناسها الذين يطلقون على أنفسهم اسم اميركان. ينحدر الاميركان من خلفيات عرقية وطائفية كثيرة ويحملون مختلف المعتقدات والقيم الدينية وبالتالي قد يكون الكثير مما سمعته عن الولايات المتحدة غير صحيح بالنسبة لك. بل حتى قد لا تنطبق على حالتك المعلومات التي حصلت عليها من أصدقاء وأشخاص آخرين يعيشون في الولايات المتحدة. تختلف كل منطقة في الولايات المتحدة عن غيرها ولكل منها اجراءاتها واسلوبها الخاص في التعامل مع القادمين الجدد. سيساعدك العاملون في وكالة التوطين على التعرف على بلدك الجديد والمنطقة التي تسكن فيها.

ثمة درس ستتعلمه بسرعة وهو ان غالبية الاميركان يقدرون الاعتماد على النفس وتحمّل المسؤولية الفردية. سيُنتظر منك ان تذهب للعمل حالما تستطيع العثور على عمل لتبدأ باعالة نفسك وعائلتك. لن يمنعك عدم معرفتك باللغة الانكليزية من الحصول على عمل لكن ستحتاج ان تتعلم اللغة الانكليزية على نحو افضل لكي تتقدم باتجاه عمل افضل. ستجد في معظم المناطق دروساً في اللغة الانكليزية تساعدك على الاستفادة من فرص التقدم.

درس اخر ستتعلمه وهو ان التوطين قرار دائم. انه الخطوة الاولى لأن تصبح مقيماً دائماً ومواطناً اميركياً. بعد عام واحد سيكون من حقك التقديم للحصول على صفة المقيم الأجنبي الدائم. وبعد اربع سنوات ونصف سيكون من حقك التقديم للحصول على الجنسية الاميركية.

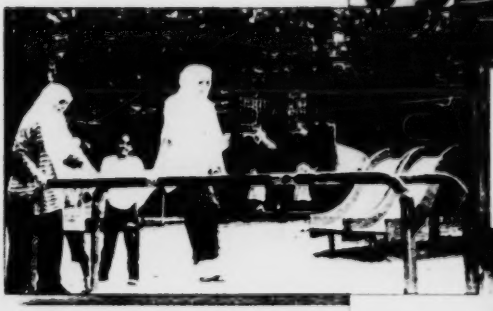
BEST COPY AVAILABLE

كلاجيء قد تكون فقدت كل شيء لكن في الولايات المتحدة ستتاح لك فرصة للبدء من جديد لأعادة بناء حياتك. قد لا يكون البدء من جديد لأعادة بناء حياتك سهلاً لكن من الممكن تحقيقه. لقد جاء قبلك اكثر من مليون لاجيء ونجح معظمهم بأمكانك ان تنجح انت ايضا. عندما تأتي الى الولايات المتحدة فانك تجلب معك عطايا مواهبك الخاصة وخلفيتك وثقافتك وشجاعتك.

قد يتفق اللاجئون الذين جاءوا قبلك على النصائح التالية:

- احتفظ بعقل منفتح.
- لا تتسرّع في اصدار الأحكام.
- ابذل كل جهد لتتعلم وتتحدث اللغة الانكليزية.
- حاول ان تفهم الحضارة الاميريكية دون انتقادها بمقارنتها مع حضارتك.
- شارك في الحياة الاميريكية.
- ركّز على مقدار الشوط الذي قطعته وليس على مقدار الشوط الذي عليك ان تقطعه.
- جد عملاً باسرع وقت ممكن وضع خططاً للحصول على عمل افضل في المستقبل.

تحتوي الفصول التالية على معلومات بخصوص حياتك الجديدة وبلدك الجديد وستساعدك هذه المعلومات في عملية توطينك. ان هذه المعلومات مختصرة اذ تقتصر على المعلومات الضرورية فقط. انها بالتأكيد ليست كاملة. تذكّر انه رغم ان معظم الاميركان يقدرون الاعتماد على النفس فانهم ايضا يحترمون الشخص الذي يطرح اسئلة ان السؤال هو السبيل الأفضل للتعلّم.



الآن بعد ان وافقت دائرة الهجرة والتجنيس على ادخالك الى الولايات المتحدة هناك خطوات قليلة اضافية قبل أن تسافر الى الولايات المتحدة:

- يجب أن تجري انت وعائلتك فحوصات طبية.
- يجب أن تستعد وكالة التوطين في الولايات المتحدة لوصولك لكي يكون انتقالك سهلاً.
- يتم ترتيب رحلتك الى الولايات المتحدة بعد اتمام جميع ترتيبات توطينك.

فيما تنتظر أنت التوطين سيقوم الموظفون المشرفون على اجراءات ما قبل الوصول باجراء مواعيد لفحوصاتك الطبية والتأكد من أن لدى وكالة توطينك معلومات كافية بشأنك وبشأن عائلتك وتنظيم السفر الى مكان استيطانك في الولايات المتحدة. تأكد من أن تخبر الوكالة المشرفة على إجراءات السفر اذا كنت تحتاج كرسياً متحركاً أو عكازات أو أي نمط آخر من المساعدة الخاصة في خلال رحلتك الى الولايات المتحدة. وفيما تنتظر سيكون لديك وقت جيد لتعلّم ما يمكن تعلّمه عن الولايات المتحدة وتعلّم شيء من اللغة الانكليزية اذا كان ذلك ممكناً.

BEST COPY AVAILABLE

الفحص الطبي

إن الفحوصات الطبية مطلوبة منك ومن عائلتك. تكون هذه الفحوص في معظم الأماكن مجانية. مهمة الفحص الطبي هي أن:

- يحدد فيما اذا كان هناك مشاكل طبية يجب العناية بها قبل المغادرة الى الولايات المتحدة.
- يؤكّد من انه ليس هناك حالات طبية تجعلك أنت أو آخرين في عائلتك غير مؤهلين للسفر الى الولايات المتحدة.
- يُعطى لوكالات التوطين في الولايات المتحدة معلومات عن أي مشاكل طبية تتطلّب متابعة طبية بعد وصولك الى منطقتك الجديدة.

إذا لم تسافر في خلال مدة سنة واحدة من اجراء فحصك الطبي فيجب عليك اجراء فحص آخر قبل المغادرة الى الولايات المتحدة.

مقابلة ما قبل المغادرة

سيقوم الموظفون المشرفون على إجراءات السفر باجراء مقابلة معك للحصول على معلومات تساعد في تيسير توطينك. إذا كان لديك أقارب أو أصدقاء يعيشون في الولايات المتحدة فسيُطلَب منك أن تقدّم أسماءهم وعناوينهم وأرقام هواتفهم. إذا كان أحد أفراد عائلتك الأقربين مثل زوج أو زوجة أو إبن أو إبنة يعيش في الولايات المتحدة فسيتم توطينك في نفس المدينة. أما إذا كان قريبك من الأقارب الأبعدين مثل إبن عم أو إذا طلبت أن يتم توطينك بالقرب من صديق فستتخذ وكالة التوطين قراراً باختيار مكان التوطين بحيث يأخذ القرار بنظر الاعتبار توفّر الخدمات الضرورية وإذا كان من المرجّح أن تجد عملاً في تلك المنطقة. إذا كانت تجري في ذات الوقت دراسة قبول أقاربك للتوطين في الولايات المتحدة فيمكنك أن تطلب تحديد مكان التوطين في نفس المنطقة لكن ليس هناك ضمانات من تحقق هذا الأمر.

تأكّد من تقديمك أكثر مايمكنك من معلومات دقيقة وحديثة الى الوكالة المشرفة على إجراءات السفر قبيل مغادرتك حتى تتمكن وكالة التوطين من أن تتخذ القرار الأفضل بشأن مكان إستيطانك. بعد الوصول الى الولايات المتحدة ستجد أنه من الصعب أن تُغير بسرعة وتنتقل الى مكان جديد لأنّ انتقالاً كهذا غالباً ما يكون باهظاً جداً. بالإضافة الى ذلك ستكون معظم خدمات التوطين متوفّرة لك فقط في مكان توطينك الأصلي.

وكالة التوطين

سيتم تعيين وكالة توطين في الولايات لمساعدتك خلال المراحل المبكرة من توطينك. ستتلقى الوكالة معلومات شخصية عنك وعن عائلتك تتضمن الأعمار والأسماء ومهن أفراد العائلة والأصل الطائفي وبلد الأصل والدين والمشاكل الطبية التي تتطلّب متابعة طبية وعناوين الأقارب الذين يعيشون في الولايات المتحدة الأميركية. ستختار وكالة التوطين المدينة التي يتم فيها توطينك آخذةً بنظر الاعتبار عوامل مثل إمكانية إلتحاقك بأفراد آخرين من عائلتك يعيشون في الولايات المتحدة وتوفّر فرص العمل والخدمات. قبل

المغادرة ستُبلغ عن محل إقامتك في الولايات المتحدة. ستتأكد وكالة التوطين من أنه سيتم الإلتقاء بك في المطار حين وصولك وأن هناك سكناً مهيئاً لك ومن أنك تلقّيت معلومات ضرورية حول منطقتك الجديدة (سيتم شرح دور وكالة التوطين باسهاب أكثر في الفصل الثاني).

السفر الى الولايات المتحدة

يمكنك أن تقوم بترتيبات سفرك الخاصة أو يمكنك أن تطلب من الموظفين المشرفين على إجراءات السفر أن يرتبوا سفرك. عندما تقوم باجراء ترتيبات سفرك عليك أن تُعلم الموظفين المشرفين بخطط سفرك قبل أن تغادر.

إذا قامت وكالةً مشرفة على إجراءات السفر بشراء بطاقات سفرك يصبح دفع أسعار البطاقات ديناً عليك تسديده. قبل مغادرتك الى الولايات المتحدة ستوقع سنداً إذنياً لتسديد تكاليف سفرك. في خلال حوالي ثلاثة الى ستة أشهر بعد وصولك الى الولايات المتحدة ستبدأ بتلقي فواتير

شهرية تسمح لك بتسديد هذا القرض في خلال فترة ثلاث سنوات. ستذهب النقود التي تدفعها الى صندوق يساعد لاجئين آخرين على السفر الى الولايات المتحدة.

مثل أي مسافرين دوليين يسافرون في الدرجة العادية سيُسمح لك ولعائلتك بوزن أقصى من الأمتعة لكل شخص. اسأل الموظفين المشرفين على إجراءات السفر عن القواعد الدقيقة التي ينبغي إتباعها في رحلتك. يقع دفع تكاليف نقل الأمتعة التي تزيد على ذلك المقدار ضمن مسؤوليتك ويكون مكلّفاً. إذا إصطحبت حيواناً فيجب عليك إن تدفع تكاليف نقل الحيوان وإتّباع قوانين الولايات المتحدة الجمركية وأنظمة الخطوط المتعلّقة بنقل الحيوانات. من المهم أن تخبر الوكالة المشرفة على إجراءات السفر بأنك تصطحب حيواناً في سفرك حتى يمكن لوكالة التوطين في الولايات المتحدة إن تحاول العثور على سكن يسمح بوجود الحيوانات.

لاتسمح جمارك الولايات المتحدة لأي شخص بجلب مواد معينة الى الولايات المتحدة. وتتضمن هذه المواد المخدرات والفواكة والمزروعات والخضروات واللحوم الطازجة. يمكن جلب أدوية وصفها الطبيب لكن يجب إن يكون مثبتاً عليها ورقة تصف محتوياتها. إذا كان لديك سؤال بخصوص مايمكن جلبه الى الولايات المتحدة فاسأل الموظفين المشرفين على إجراءات السفر.

إذا كانت رحلتك تتطلّب المرور بنقاط عبور عديدة فسيساعدك في معظم النقاط ممثلون عن المنظمة الدولية للهجرة (IOM). إذا تعرّضت لأي مصاعب أثناء رحلتك (مثلاً إذا مرض أحد أفراد عائلتك) سيساعدك ممثلو المنظمة الدولية للهجرة وسيُعلمون وكالة التوطين في حالة تأخر وصولك. في الولايات المتحدة سيقابلك ممثلو المنظمة الدولية للهجرة في مطار الدخول ويساعدونك على إتمام إجراءات الهجرة الرسمية وسيساعدونك أيضا في حالة حاجتك الى رحلة مُكملة.

قبل أن تغادر ستتلقى حزمة وثائق مطلوبة للدخول وتتضمن وثائق هجرة ووثائق طبية ووثائق توطين. حاذر أن تضيع هذه الوثائق خلال رحلتك. يجب أن تحمل هذه الوثائق معك.<u>لا تفتحها أو تضعها في حقيبة أمتعتك.</u> يجب تسليم هذه الوثائق الى موظفي الهجرة عند أول مطار أميركي تصل إليه. سيفتح موظفو الهجرة حزمة الوثائق هناك ويفحصونها ثم يعيدون بعضاً منها إليك. ستطلب منك وكالة التوطين معاينة هذه الوثائق عندما تصل الى مكان التوطين وستقوم بعمل نسخ منها.

إن جانباً فريداً من برنامج التوطين الامريكي هو التعاون بين الحكومة والمنظمات الأهلية. تضع الحكومة قوانين وإرشادات وتهيء التمويل اللازم لبعض الخدمات التي يتلقاها اللاجيء. وتقدم وكالات التوطين الخدمات اللازمة وقد تعرض مساعدات إضافية.

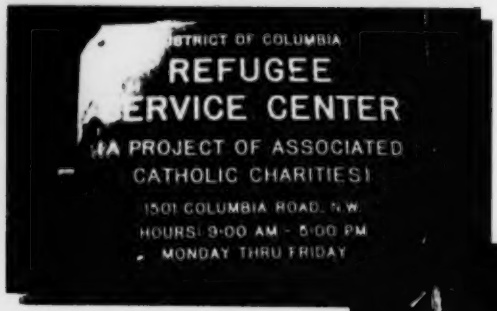
يتم تعيين وكالة توطين لكل لاجيء يتم قبوله في الولايات المتحدة قبيل وصوله. قد تكون وكالة التوطين منظمة ذات أساس ديني أو منظمة أهلية أو وكالة تابعة للولاية أو منظمة عرقية. سيكون لوكالة التوطين مكتب محلي في أو قرب المدينة التي ستقطن فيها ويعمل في المكتب موظفون سيقومون بتقديم العون لك. إذا كان لديك أقارب يعيشون في المنطقة فبأمكانهم تقديم العون في توطينك. كما أن لدى بعض الوكالات متطوعين يقومون بمساعدتك عند وصولك.

رغم أن بعض وكالات التوطين مرتبطة بمجاميع دينية فأنك غير مطالب بأن تشارك في فعالياتها الدينية ومحظور على وكالات التوطين أن تقوم بتشجيع اللاجئين على الإنتماء الى مجاميعها الدينية.

عند وصولك الى مكان استقرارك الاخير سيقابلك في المطار قريب أو صديق أو ممثل من وكالة توطينك. سيكون هناك أيضا سكن مُعد لك. قد يكون هذا سكناً مؤقتاً مع قريب أو فندق أو قد يكون سكناً دائماً مثل شقّة. (ستُشرح قضايا السكن بتفصيل أكثر في الفصل الرابع).

سيساعدك العاملون في وكالة التوطين بالتعاون مع أقارب وأصدقاء ومتطوعين على التعرّف على منطقتك الجديدة. من خلال مساعدتهم سيمكنك:

- العثور على سكن طويل الأمد.
- الحصول على أثاثات منزلية وملابس.



BEST COPY AVAILABLE

٢- دور وكالة التوطين

- الحصول على بطاقة الضمان الإجتماعي (وجود مستند يثبت أنك قدّمت طلباً للحصول على هذه البطاقة ضروري للبدء في البحث عن عمل).
- تعلّم إستخدام نظام النقل المحلي.
- بدء التعرّف على القوانين والعادات الأميركية.
- تسجيل أطفالك في المدرسة.
- الحصول على عمل.
- التعرّف على نظام النقود الأميركي.
- الترتيب للفحص الطبي أو المتابعة الطبية بعد مدة قصيرة من الوصول إذا كان ذلك ضرورياً.
- العثور على برامج تعليم اللغة الانكليزية أو معلّمين خاصين متطوعين.
- التعرّف على الخدمات العامة المتوفرة في منطقتك.

تتأكد وكالات التوطين من أن جميع النفقات الضرورية وتكاليف العيش الأساسية مغطاة للثلاثين يوماً الأولى في الولايات المتحدة. تدفع بعض الوكالات هذه النفقات فيما يقوم البعض الآخر باعطاء النقود مباشرة لك أو

لقريبك وسينتظر منك أن تقوم بدفع بعض أو كل نفقاتك. إضافة الى ذلك ستقوم وكالة التوطين بتقديم النصح لك وبتقديم خدمات أخرى لمدة تسعين يوماً على الأقل بعد الوصول. بعد ذلك قد تتباين الخدمات إعتماداً على الحاجات الشخصية ووكالة توطينك. وقد تجري احالتك الى وكالات ومنظمات أخرى لتجيب على أسئلتك أو لتلبية حاجات معينة.

إن وكالة التوطين غير مسؤولة عن دفع فواتيرك المالية أو ديونك. ستحتاج أن تعمل لأنك مسؤول عن نفقاتك الخاصة. إذا فكّرت في الإنتقال الى منطقة أخرى فتذكّر ان وكالة توطينك ليست مسؤولة عن إنتقالك كما أن وكالة التوطين في المنطقة التي ستنتقل اليها ليست مُلزمة بتقديم العون. عليك أن تتحمل مسؤولية تلبية إحتياجاتك إذا قررت أن تنتقل. تحدّث مع الموظفين العاملين في وكالة توطينك إذا كانت لديك أسئلة بخصوص الإنتقال.

يقدّر الأميركان الاعتماد على النفس وسينتظرون منك أن تبادر بالشروع ببناء حياتك في الولايات المتحدة. سيعتمد النجاح في توطينك على موقفك وجهودك بدلاً من القدر الذي يعتمد على نوع المساعدة التي تتلقاها.

سيكون هناك الى جانب وكالة توطينك برامج فيدرالية ووكالات خدمات عامة تساعد الناس على أن يعتمدوا على أنفسهم. للاجئين الحق في تلقي الخدمات الاجتماعية كدعم الدخل (وهو برنامج يتم بموجبه تقديم الدعم للعوائل الفقيرة أو ذات الدخل المحدود) والاستشارات العائلية. لكن يتباين توفر خدمات معينة من مكان لآخر. كونك لاجئاً ستحتاج أن تعرف اذا كان يحق لك الحصول على خدمات اضافية وكذلك كيفية التقديم لها. ستساعدك وكالة توطينك في التعرّف على أنواع الخدمات المتوفرة في منطقتك.

فيما تعمل أنت باتجاه تحقيق الاكتفاء الذاتي ستكون هناك منظمات وبرامج تقدّم عوناً مؤقتاً عند الحاجة. غالباً مايكون الاستحقاق لخدمة ما قائماً على الحاجة واعتبارات الدخل الشخصي والاقامة والعمر أو عوامل أخرى. في حالة تغير أوضاعك أو عدم استيفائك شروط البرنامج يمكن أن يتم قطع هذه الخدمات أو تقليلها.

إن وكالة التوطين هي مصدر معلوماتك الأول وحلقة الوصل التي تصلك بالخدمات العامة في المنطقة. قد تشمل بعض المنظمات أو الخدمات التي يربطك بها الموظفون في وكالة التوطين التالي:

جمعيات المعونة المشتركة (MAA) التي توجد في كثير من المناطق وهي منظمات يشكّلها لاجئون ومهاجرون سابقون لمساعدة الناس القادمين من نفس بلدانهم. تقدّم بعض هذه الجمعيات خدمات مثل التوجيه عن المنطقة والنقل والملابس والأثاث للاجئين والقادمين الجدد الآخرين.

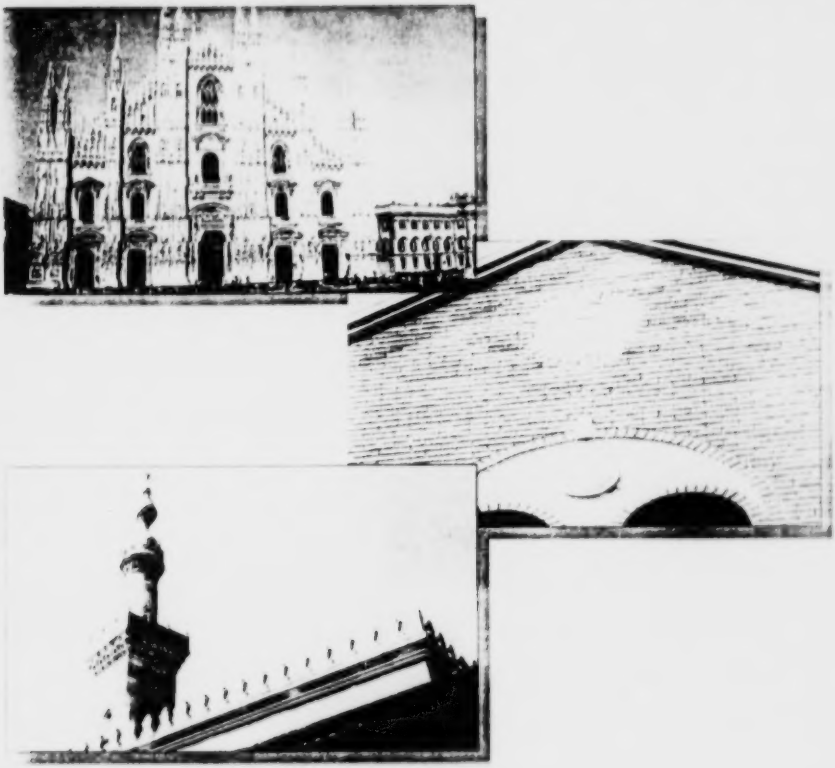
٣- الخدمات العامة في منطقتك

وكالات الخدمات الاجتماعية وتقوم بتقديم خدمات متنوعة للمنطقة ككل وبضمنها اللاجئين. بصورة عامة تقوم هذه الوكالات بتقديم العون للأشخاص ذوي الحاجة الخاصة كالعوائل ذات الدخل المحدود والمشرّدين الذين لا سكن لهم والأشخاص ذوي العاهات.

المؤسسات الدينية كالكنائس والجوامع والكنيسات وهذه كلّها لا تُعد أماكن عبادة فقط بل تقدّم أيضا مختلف الخدمات الأخرى. ففي بعضها توجد مكتبات أو دروس للأطفال في عطلة نهاية الاسبوع وبعضها يوزّع ملابس وأثاثات مستعملة فيما يقدّم بعضها الآخر برامج للقادمين الجدد أو كبار السن.

طوابع الطعام وهو برنامج فيدرالي يوفّر تغذية كافية للأشخاص ذوي الدخل المحدود. للاجئين الحق أن يقدّموا للحصول على طوابع الطعام في مكتب حكومي محلي مخصص لهذا الغرض. وعلى مقدّمي الطلبات أن يُتموا ملأ طلبات تشترط تقديم برهان عن الدخل ومعلومات شخصية أخرى. تعتمد كمية المعونة الغذائية على حجم الأسرة والدخل. يمكن استخدام طوابع الطعام لشراء الأغذية فقط ولايمكن أن تشتري بها غير المواد الغذائية مثل السكائر والمشروبات الكحولية والحفاضات والمنتوجات الورقية والصابون.

معونة الطاقة وهي برنامج فيدرالي يساعد الناس ذوي الدخل المحدود على دفع نفقات تدفئة منازلهم. يحق للاجئين التقديم للحصول على معونة الطاقة في مكتب حكومي معين. ويجب على المتقدمين أن يُتمّوا ملأ إستمارات تشترط برهاناً عن الدخل ومعلومات شخصية أخرى.



برامج المعونة النقدية وهي برامج معدة للأشخاص الذين لا يستطيعون أن يؤمنوا دخلهم لأنفسهم وتجري إدارة هذه البرامج على مستوى المحلي وقد تختلف باختلاف الولاية. وللاحتفاظ الحق في أن يقدموا فلست للحصول على هذه المساعدة في المكتب المحلي المخصص لهذا الغرض وعلى مقدمي الطلبات أن يقدموا مالاً إثباتات تشرح تفصيلاً براهن حقيقة عن الدخل ومعلومات شخصية أخرى. تعطي برامج معونة النقدية هذه عادة محدودة من الأشهر وقد يكون لها متطلبات إضافية كالمساهمات الفعالة في البحث عن عمل أو الحضور المنتظم في برامج تدريب.

BEST COPY AVAILABLE

٣- الخدمات العامة في منطقتك

دخل الضّمان المُتمم (SSI)، وهو برنامج فيدرالي للأشخاص الذين تتجاوز أعمارهم ٦٥ عاماً أو فاقدي البصر أو المعاقين. يستطيع اللاجئون الذين يستوفون شروط الاستحقاق لدخل الضمان المُتَمّم التقديم للحصول عليه في دائرة الضمان الاجتماعي المحلية وهي نفس الدائرة التي تذهب إليها للتقديم للحصول على بطاقة ضمان إجتماعي.

إن **الشرطة** مسؤولة عن تطبيق القانون وضمان السلامة العامة. كما تساعد الشرطة الناس بطرق أقل رسمية كالاستجابة للحالات الطارئة والطبية والعمل في المناطق الواقعة في داخل المدينة لتحسين علاقات القاطنين ببعضهم البعض وإعطاء إرشادات للأشخاص التائهين.

يوجد في جميع المناطق **دوائر إطفاء وخدمات طبية طارئة**. إذا إحتجت مساعدة عند حصول طارىء فإن رقم الهاتف الذي يمكنك استخدامه في معظم المناطق في الولايات المتحدة هو **٩١١**. إذا إحتجت أن تستخدم رقم الطوارىء ٩١١ تهيأ لإخبار عامل البدالة عن طبيعة الطارىء الذي حصل لك (شرطة أو حريق أو إسعاف) ومكانك. إذا لم يكن باستطاعتك أن تشرح المشكلة باللغة الانكليزية فما عليك الا أن تقول كلمة "مساعدة" "Help" أو "طارىء" "Emergency" ولا تغلق خط الهاتف إذ يشير خط الهاتف المفتوح الى مكان تواجدك.

BEST COPY AVAILABLE

ستسهل معرفة الخدمات في منطقتك وكيفية استخدامها بصورة صحيحة عملية تكيفك مع الحياة في الولايات المتحدة. إذا حالفك الحظ وكان لديك أصدقاء أو أقارب يعيشون قربك فستكون معونتهم مهمة جداً أيضاً. تجري مناقشة خدمات عامة أخرى في الفصل السابع (التعليم) والفصل الثامن (الصحة).

BEST COPY AVAILABLE

عند وصولك الى الولايات المتحدة للمرة الاولى سيكون هناك مكان مُعد لك للسكن فيه. ويمكنك أن تتوقع أن يكون مكان السكن الأولي مزوّداً بالحاجيات الأساسية ومن المحتمل أن يقع في منطقة يقطنها ذوو الدخل الواطيء وتشكّل خليطاً عرقيا وطائفياً. قد يكون مكان إقامتك مؤقتاً. قد تسكن في بداية إقامتك في الولايات المتحدة مع أفراد من عائلتك سبقوك في الاستقرار في المنطقة أو في شقّة أو في فندق أو في مركز ترحيب (والذي يكون عادة مرتبطاً بوكالة التوطين). إذا كنت عازباً قد يتم إسكانك مع لاجئين غُرّاب آخرين على الأقل بصورة مؤقتة.

إن وكالة التوطين مسؤولة عن ضمان توفير سكن لك في شهرك الأول في الولايات المتحدة. إذا كان لديك أقارب في الولايات المتحدة قد يُطلب منهم أن يعدّوا ترتيبات السكن المتعلّقة بك وقد يتلقون مساعدة مالية من وكالة التوطين.

ستجري مناقشة ترتيبات السكن الطويلة الأمد معك بعد وصولك بفترة قصيرة. ليس العثور على مكان مناسب للسكن فيه أمراً سهلاً بالنسبة لمعظم الأميركان وقد يكون صعباً بالنسبة لك. قد لا يكون سكنك الأول رغم إعتدال نفقاته هو خيارك الأول إذا ستحتاج أن تأخذ بنظر الإعتبار الموقع ونوع السكن (شقّة أو منزل) والقرب من المدرسة والعمل والنقل العام وأماكن التبضّع. ستحتاج أن تتحدّث مع وكالة توطينك وعائلتك وأصدقاءك وآخرين بشأن المناطق التي عليك أن تأخذها بنظر الإعتبار عندما تبحث عن سكن. توقّع أن يستغرق البحث عدة أسابيع.

٤ - الإسكان

هناك عدة أنواع من المساكن في معظم المناطق الأميركية وهي:

- عمارات الشقق السكنية.
- البيوت التي تتسع لعائلة واحدة.
- البيوت المتنقّلة.
- غرفة في منزل أو شقّة.

تتضمّن المصادر التي يمكن أن تساعدك في العثور على سكن الآتي:

- الأصدقاء.
- الأشخاص الذين تعمل معهم.
- وكالة التوطين.
- اللافتات المكتوب عليها "للإيجار" (For Rent) الموجودة على أو قرب البنايات التي تمر بها.
- مكاتب التأجير في عمارات الشقق السكنية.
- الجرائد في صفحة المُصنّف (Classified).
- وكالات التأجير العقارية (التي تطالبك بأجرة مقابل خدماتها).

BEST COPY AVAILABLE

تحتوي الشقّة المؤجرة على العموم على مطبخ فيه ضَاخ ومغسلة وثلاجة وحمّام وغرفة نوم واحدة أو أكثر وخزانات للملابس وغرفة جلوس وغرفة طعام. في الشقق الصغيرة يتم ضمّ بعض الغرف.

توقّع أن تشكّل تكاليف تأجير السكن نسبة مئوية كبيرة من نفقاتك الشهرية. تختلف تكاليف الإسكان من ولاية الى أخرى ومن مدينة الى أخرى وبين التجمعات السكانية في المنطقة نفسها. قد يعطي الإيجار كلفة الخدمات (الكهرباء والتدفئة والماء والغاز وإزالة النفايات) أو قد تحمل تكاليف الخدمات بصورة منفردة. من المهم قبل أن توقّع عقد الإيجار أن تسأل مالك العقار فيما إذا كانت الخدمات ضمن الإيجار أم لا.

عندما تؤجر شقة أو منزلا يجب عليك أن توقّع عقداً أو إتفاقية إيجار وهي وثيقة قانونية لحماية المؤجر والمستأجر. يحميك عقد الايجار من أي معاملة جائرة قد تتلقّاها من المؤجر كما تشترط قوانين الاسكان على المؤجرين أن يلبّوا معايير الحد الأدنى بخصوص السلامة والنظافة في الملكية المؤجرة.

من خلال توقيع عقد الإيجار فانك تتفق على التالي:

- عدد الأشخاص الساكنون في الشقّة.
- تأريخ دفع الإيجار (عادة يكون بين اليوم الأول والخامس من الشهر).
- ان الشقّة ستكون نظيفة وبدون تلف.
- عدد الأشهر التي توافق على السكن فيها (عادة تكون ١٢ شهراً).
- شروط فسخ العقد.

علاوة على توقيعك عقد الإيجار قد تُطالَب بتقديم مستند يؤكّد قدرتك على دفع الإيجار. قد تحتاج أن تجد شخصاً يوقّع معك على العقد فيما إذا كنت لا تعمل. يُطالَب المستأجِرون عادةً بإحضار إيداع تأمين معهم عند توقيعهم عقد الإيجار. يُعاد اليك هذا المبلغ الذي يكون عادةً مساوياً لإيجار شهر واحد عندما تترك الشقّة في حالة إستيفاءك شروط العقد.

يمكن أن يتم طردك بأمر قضائي من المسكن وتخسر مبلغ التأمين إذا خرقت ما تمّ الإتفاق عليه في العقد.

BEST COPY AVAILABLE

"بالنسبة لنا كانت شقّة جميلة.
مليئة بأشياء لم نرها من قبل..."

اليوم أعرف أن الناس الذين يعيشون
في هذا الجوار فقراء جداً. الشقق
صغيرة وضيقة..."

"لكن معاً أطفالي وأنا قمنا بتنظيف
جدران الشقة حتى أصبحت تلتمع
في ضوء الشمس الواهن. ونعمنا
براحة بيتنا الجديد"

يختلف النقل العام الى درجة كبيرة في عموم الولايات المتحدة. يوجد في معظم المدن أنظمة نقل عام واسعة (باص ومترو وقطار النقل السريع) وتُمكّن الناس من أن يحيوا حياة حافلة بالنشاط دون الحاجة الى إمتلاك سيارة. سيارات الأجرة متوفرة لكنها تكون عادة مكلّفة. في مناطق أخرى لا نجد ان وسائل النقل متاحة بسهولة. ستزودك وكالة التوطين بمعلومات تفصيلية عن النقل العام المحلّي بعد وصولك بفترة قصيرة.

يحتاج القادمون الجدد ان يشتروا سيارتهم الخاصة بهم بأسرع وقت ممكن في المناطق التي لا يكون فيها النقل العام متوفراً أو مربحاً. ومع ذلك فان هناك مسؤوليات كثيرة وراء امتلاك وقيادة سيارة في الولايات المتحدة.

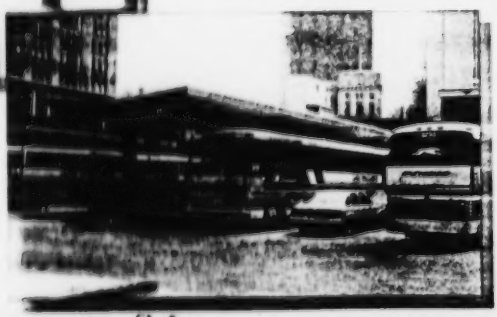
تحتاج ان تحصل على رخصة قيادة محلية ليمكنك قيادة السيارة بصورة قانونية وتشترط معظم الولايات ان تكون السيارة مؤمّنة. لا تعتبر رخصة القيادة الدولية مقبولة كبديل عن رخصة القيادة المحلية. يختلف العمر الادنى الذي يُسمح فيه باستحصال رخصة قيادة من ولاية الى أخرى. ويمكن أن تحصل على رخصة القيادة من قسم المركبات المحلّي

"في أحد الأيام الماضية كنت راكبا الباص... عندما نظرت حولي رأيت أنوعا كثيرة جداً ومختلفة من الناس. كان هناك ناس بيض وناس أميركان من أصل افريقي وناس من أصل لاتيني. ولم يكن أي شخص يبدي اهتماماً لأي شخص آخر، ولم يكن هناك من ينظر أو يحدق أو يشير الى أي شخص. كنت في الباص أيضاً ولم يولي أحد أدنى إهتمام لي أو لشكلي."

BEST COPY AVAILABLE

14 Street-Union Sq
Station

YIELD
STOP



(Department of Motor Vehicles) بعد اجتياز امتحان تحريري وفحص النظر وامتحان السياقة عندما تفكر بشراء سيارة تذكّر كلفة مايلي:

- التأمين (ويختلف من ولاية الى أخرى لكن كلفته عالية بالنسبة لأولئك الذين ليس لديهم سجل سياقة في الولايات المتحدة).
- صيانة المركبة.
- الوقود.
- تكاليف رخصة القيادة والتسجيل والفحوصات المطلوبة والضرائب.
- تكاليف إيقاف السيارة في الموقف.

إن رخصة القيادة ليست دائمة إذ يجب تجديدها بصورة منتظمة كما قد يؤدي خرق قوانين معينة الى فقدانك الرخصة فعلى سبيل المثال يمكن ان يؤدي قيادتك السيارة تحت تأثير الكحول الى فقدانك رخصة القيادة وغرامات كبيرة وحكم بالسجن.

BEST COPY AVAILABLE

New York → Los Angeles (2,911 Miles/4,684 Kilometers)
New York → Chicago (818 Miles/1,316 Kilometers)
New York → Miami (1,325 Miles/2,132 Kilometers

BEST COPY AVAILABLE

تُعلّق قيمة كبيرة في الولايات المتحدة على حقيقة ان المرء يعمل وعلى هذا الاساس يُعتبر العمل وتحقيق الاكتفاء الذاتي احد أهم الأولويات للاجئين القادمين حديثاً. سيُنتظر منك ان تقبل عملاً حتى وان لم يكن اجره عالياً جداً أو لم يكن في نفس مهنتك السابقة.

سيكون أحد أهدافك الأولى بعد الوصول الى الولايات المتحدة هو العثور على عمل. وفيما تتلقى شيئاً من المساعدة من خدمات التوظيف التي تم انشاؤها لمساعدة اللاجئين في العثور على أعمال فان موقفك وجهودك الشخصية أكثر أهمية في هذا الصدد. لا تضمن الحكومة أو وكالة التوطين العمل لك. ستتنافس مع الاخرين على نفس الأعمال وهكذا فانه من الضروري ان تتحلى بموقف ايجابي وتُظهر بانك مستعد للذهاب للعمل.

سيكون عملك الاول بصورة شبه مؤكدة واحداً من اعمال عديدة ستشتغلها لكنه سيكون خطوة مهمة نحو تأسيس تاريخ عمل في الولايات المتحدة. عندما تتحسّن قابليتك على التحدث باللغة الانكليزية من خلال الدراسة والتواصل غير الرسمي مع أميركان اخرين ستتحسن أيضا فرص تحولك الى عمل أفضل ذي أجر أعلى. إن الاستمرار في العمل الاول لمدة ستة أشهر على الأقل خطوة مهمة نحو خلق تاريخ عمل جيد. كما انه من المهم ان تحاول ان تستخدم لغتك الانكليزية بقدر ما تستطيع في العمل وفي أماكن اخرى في منطقتك.

يعمل كل من الرجال والنساء في الولايات المتحدة إذ تؤلّف النساء نصف قوة العمل ويؤدين نفس الاعمال التي يؤديها الرجال في جميع المستويات. بالرغم من أنه قد لا يكون طبيعياً في بلدك أن تعمل النساء فانه من الطبيعي للنساء ان يعملن في الولايات المتحدة. سيسرع وجود

BEST COPY AVAILABLE

دخلين في العائلة من بلوغ عائلتك مرحلة الاكتفاء الذاتي مادياً. يستطيع الأطفال فوق عمر ١٥ عاماً ان يعملوا بدوام جزئي (Part-time) ويبدأ كثير من الشباب أعمالهم الاولى من خلال العمل بعد نهاية العام الدراسي وخلال العطلة.

بينما ينبغي أن يكون هدفك الاول هو قبول أي عمل يجب عليك أن تبدأ أيضاً بوضع أهداف عمل طويلة المدى.قد تشمل هذه الأهداف إكتساب مهارات جديدة للحصول على عمل أفضل أو الدخول في ميدان عمل جديد أو العودة الى مهنتك السابقة. سيحتاج هذا تخطيطاً وفهماً دقيقين لسوق العمل ومعرفة بالمتطلبات الخاصة للحصول على اجازة للقيام بعمل ما. ستحتاج ان تكون صبوراً في خلال هذه العملية وقد تتلقى مساعدة ومعلومات بهذا الخصوص من مستشار عمل في منطقتك أو وكالة التوظين أو في جامعة أو كلية قريبة.

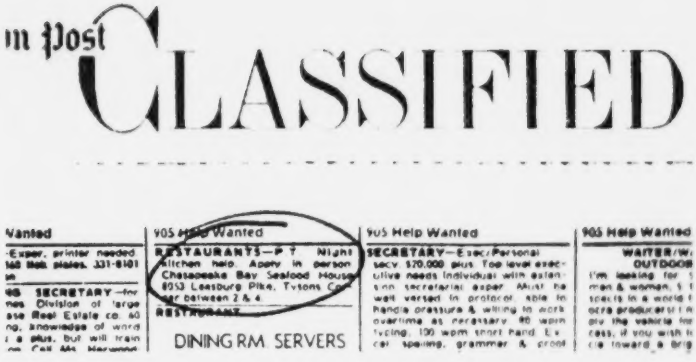
تذكّر على الاخص بان الولايات المتحدة تُعرف على انها ارض الفرصة لأولئك الذين يعملون بجدّية. يُؤمن معظم الأميريكان بأهمية عمل

البالغين لأعالة انفسهم وعوائلهم بدلاً من الاعتماد على المساعدة النقدية من الحكومة. يستمر معظم اللاجئين في تحسين قابلياتهم في اللغة الانكليزية فيما هم يعملون وذلك لان معرفة أفضل باللغة غالباً ما تعني فرصاً مهنية أفضل. قد تبدو الحياة في الولايات المتحدة مُربكة للوهلة الأولى لكن بمرور الزمن ستتعرف أكثر على بلدك الجديد والفرص التي يقدمها.

العثور على عمل

إن موقفك عنصر اساسي في بحثك عن عمل إذ يستشف أرباب العمل المحتملون موقفك من خلال مظهرك وسلوكك. حتى وان تحدثت القليل من الانكليزية أو لم تستطع التحدث باللغة الانكليزية فان وجهاً باسماً وتلهّفاً واضحاً للعمل سيساعدانك الى حد كبير. احضر في الوقت المحدد وليكن مظهرك نظيفاً وملابسك مناسبة. من المحتمل ان تكون مرتبكاً جداً لكن حاول ان تسترخ. يشعر كل شخص بالقلق عندما يكون في نفس الموقف بغض النظر عن طول المدة التي قضاها في الولايات المتحدة. لا تيأس إذا لم يتم توظيفك بعد المقابلة الاولى. قد يحتاج الامر الى مقابلات كثيرة قبل ان يتم توظيفك. إن هذا أمر طبيعي ينطبق على جميع الباحثين عن عمل في الولايات المتحدة.

يمكن أن تجد العون للحصول على عملك الأول لدى العاملين في وكالة التوطين أو خدمات توظيف اللاجئين. يمتلك العاملون في وكالة التوطين تجربة في التعامل مع توظيف اللاجئين فقد ساعدوا لاجئين كثيرين اخرين في العثور على عملهم الأول في الولايات المتحدة. ناقش أفكارك معهم واستمع الى نصائحهم إذ أنهم سيحاولون تقديم صورة واضحة عن نوع العمل الذي يمكن لك أن تتوقع العثور عليه حسب قابليتك وخبرتك.


m Post CLASSIFIED

Wanted

-Exper. printer needed. ...ted plates. 331-8101 ...

905 SECRETARY—Inv... nes Division of large ...ate Real Estate co. ...ng. knowledge of word ... a plus, but will train ... Call Ms. Harwood

905 Help Wanted

RESTAURANTS—P.T. Night kitchen help. Apply in person Chesapeake Bay Seafood House 8053 Leesburg Pike, Tysons Corner between 2 & 4.

RESTAURANT

DINING RM. SERVERS

905 Help Wanted

SECRETARY—Exec/Personal secy. $20,000 plus. Top level executive needs individual with extraordinary secretarial exper. Must be well versed in protocol, able to handle pressure & willing to work overtime as necessary. 80 words typing, 100 wpm short hand. Excellent spelling, grammar & proof

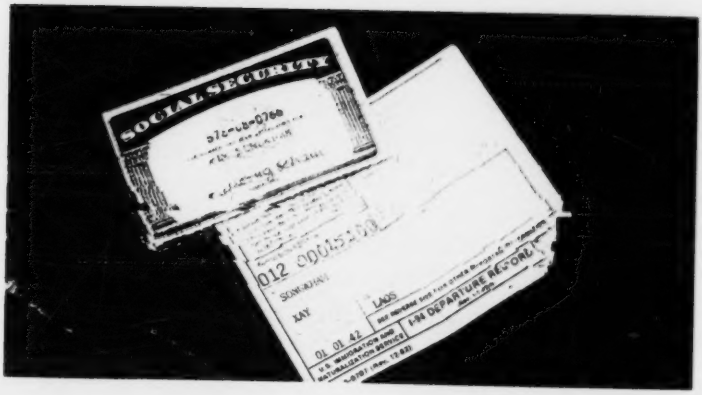
905 Help Wanted

WAITER/W...
OUTDOOR...
I'm looking for ...
men & women, ...
spects in a world ...
ocra producer! I ...
ply the vehicle for ...
cess, if you wish ...
c/o Inward & Brig...

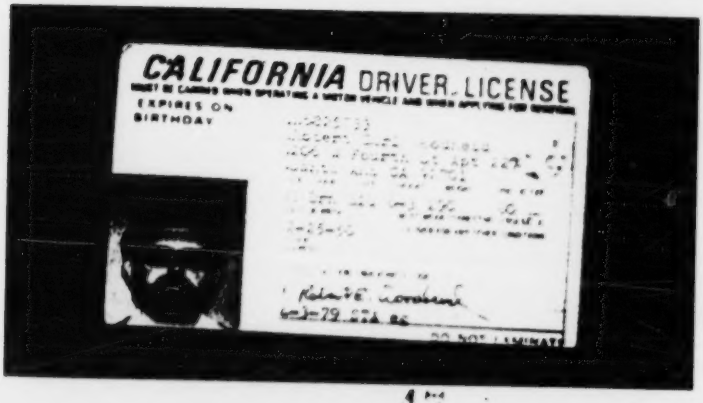
كما يوجد في معظم الصحف في الولايات المتحدة صفحات تحت عنوان عمل (Employment) أو أعمال مطلوبة (Help Wanted) يتم من خلالها نشر الاعمال الشاغرة.

إضافة الى ذلك توجد في كل ولاية وكالة توظيف عامة بامكانها ان تساعدك دون أن تطلب منك أجر وتستطيع وكالة التوظيف أن تخبرك عن مواقع هذه الوكالات. كما يُعدّ الأصدقاء والأقرب والأخوان الذين حدّدوا قبلك مصادر معلومات مهمة عن الأعمال الشاغرة. اسألهم اذا كانوا يعرفون عن أي أعمال شاغرة حيث يعملون. كما يوجد في معظم الصحف في الولايات المتحدة صفحات تحت عنوان عمل (Employment) أو أعمال مطلوبة (Help Wanted) يتم من خلالها نشر الاعمال الشاغرة.

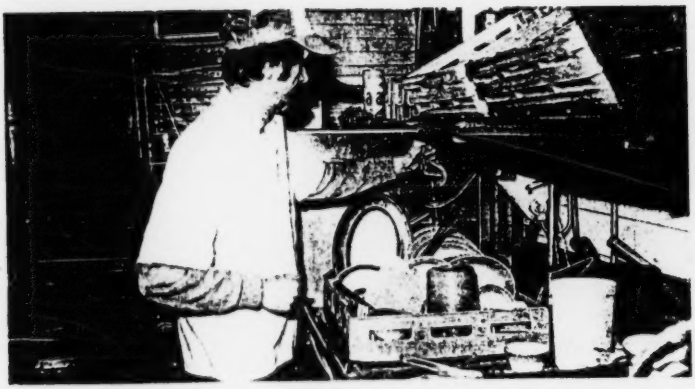
BEST COPY AVAILABLE



ستكون مطالباً بابراز مستند خطي يثبت انك مخول بالعمل. يستخدم معظم اللاجئين بطاقات I-94 (التي تختمها دائرة الهجرة والتجنيس لمنح تخويل العمل) وبطاقة الضمان الاجتماعي وبطاقة شخصية عليها صورة (كجواز السفر ورخصة القيادة). يجب أن تصطحب معك دائما النسخ الأصلية لهذه الوثائق عندما تذهب لمقابلة عمل لأن النسخ غير مقبولة.



BEST COPY AVAILABLE



كما ان هناك وكالات توظيف خاصة تطلب أجراً مقابل مساعدتك للعثور على عمل وقد تكون بعض هذه الأجور باهظة جداً كما ينبغي عليك أن تكون متأكداً من أنك تفهم سياساتهم قبل أن توقّع عقداً. إذا كنت لاتفهم هذه السياسات فاسأل وكالة التوظين كي تساعدك.

دور الحضانة

في كثير من العوائل الأميريكية يعمل الأب والأم بدوام كامل وهذا يعني أن عليهما أن يقوما بترتيبات لتوفير العناية لأطفالهم أما طوال النهار أو لأوقات قبل وبعد دوام المدرسة في حالة الأطفال الأكبر سناً. توفّر بعض المدارس وأرباب العمل والشركات الخاصة هذه الخدمة لكن يجب على الأبوين عادة أن يدفعوا أجرة لهذه الخدمة. بامكان الأشخاص العاديين تقديم هذه الخدمة في البيت أو في أحد بيوت الجيران. بامكان العاملين في وكالة التوظين أن يرشدوك عن خدمات دور الحضانة في المنطقة المحلية.

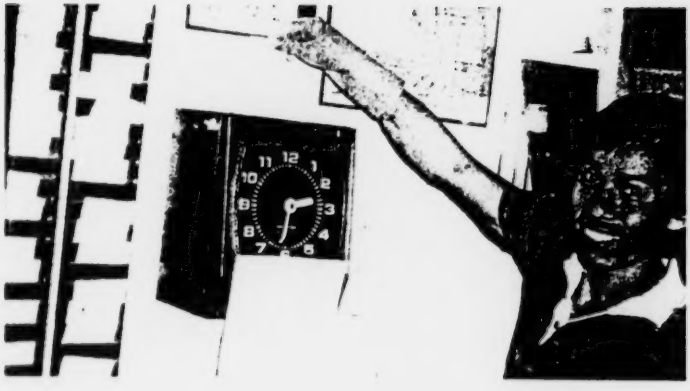
أنواع الأعمال

هناك ثلاثة أنواع عامة من الأعمال في الولايات المتحدة وتتطلّب مستويات مختلفة من الخبرة والتدريب.

الأعمال ذات المستوى الأولي: وهي الأعمال التي تتطلّب القليل من التجربة والتدريب كعمل المدبر المنزلي في فندق أو المُعين في مطعم أو العامل في مصنع. وعادة ماتكون هذه الأعمال حسب الساعة ولا تتطلّب مستوى عالياً في اللغة الانكليزية. يعمل الكثير من اللاجئين في هذه الأعمال في ذات الوقت الذي يقومون فيه بدراسة اللغة الانكليزية أو اكتساب مهارات أخرى.

الأعمال التقنية: وتتطلّب هذه الأعمال عادة تدريباً من جهة متخصصة ومستوى أعلى في اللغة الانكليزية ومهارة مبرهنة. وفيما يدفع هذا النوع من الأعمال أجوراً أسبوعية ويكون أجوره عادة أكثر من الأجور التي تدفعها معظم أعمال المستوى الأولي بل وحتى من بعض الأعمال التخصصية. تتطلّب معظم الأعمال التقنية اجازة ممارسة المهنة أو عضوية في نقابة في حالة عدم قبول اجازات ممارسة المهنة من بلدك.

الأعمال التخصصية: وعادة تتطلّب على الأقل شهادة جامعية ولغة انكليزية متقدمة ومهارات معينة في ذلك الحقل. يستغرق الحصول على هذه المهارات وقتاً طويلاً وقد تتطلّب تكرار التدريب الذي حصلت عليه في بلدك. كما تتطلب الكثير من الأعمال التخصصية كالطب وعلاج الأسنان اجازة ممارسة مهنة أو شهادة موثّقة في الولاية التي تعمل فيها. قد يُطلب منك القيام بدراسة إضافية واجتياز اختبارات لمعادلة شهادتك قبل أن تستطيع مزاولة مهنتك في الولايات المتحدة حتى وإن كنت مجازاً لممارسة المهنة في بلدك. يتم دفع أجور معظم الأعمال التخصصية على



شكل رواتب الأمر الذي يعني ان الأجر عبارة عن مقدار محدد من المال لقاء الوقت الأسبوعي أو الشهري المنتظم الذي تم العمل فيه بدلاً من إعطاء الأجرة حسب الساعة.

تذكّر انه عندما تقوم بتطوير أهداف عملك القصيرة والطويلة المدى ربما ستحتاج أن تشتغل في بضعة أعمال مختلفة قبل بلوغ هدفك النهائي. قد يكون هذا مختلفاً عمّا ألفته في وطنك الأم لكن بغير معظم الأميريكان أعمالهم أكثر من ثلاث الى أربع مرات خلال سنوات عملهم.

الأجر والاستقطاعات والفوائد

هناك قوانين اجور تسنّها الولاية والحكومة الفيدرالية وتنطبق هذه القوانين على جميع أنواع الأعمال. قبل أن تقبل عملاً اعرف دائماً مقدار الأجر المنتظم. اذا لم تفهم قم بطرح اسئلة فبالإضافة الى الأجر الفعلي قد يكون هناك مختلف أنواع الفوائد. اسأل عن هذه الفوائد أيضاً. حالما يتم توظيفك سيُطلب منك أن تملأ استمارة لغرض إعلام دائرة الضرائب

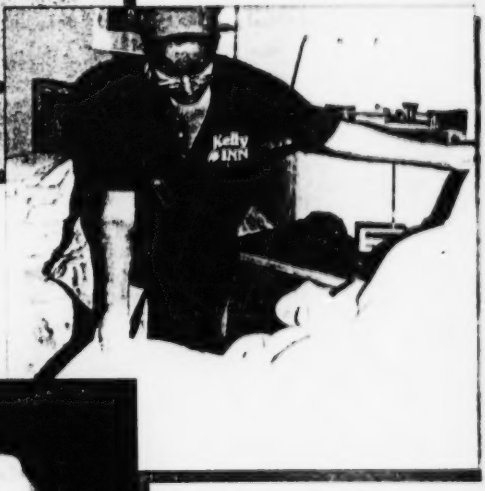
الداخلية (IRS) وهي الوكالة التي تجمع الضرائب عن الأجور التي حصلت عليها.

ستُعطى صك الأجر بنهاية فترة زمنية منتظمة. قد يكون صك الأجر أسبوعياً أو مرة كل أسبوعين أو مرة شهرياً. قد تقوم بعض الشركات الصغيرة بدفع أجورك نقداً لكن عليك دائماً أن تستلم ملحق الصك أو قائمة تُدرج فيها كل الساعات التي عملتها والأجر الاجمالي والأجر الصافي والاستقطاعات. يمكن أن يكون صك أجرك الأول مُربكاً جداً بالنسبة لعامل جديد لذلك قم بسؤال صديق أو قريب أو وكالة التوظيف كي يقوموا بشرح محتوياته لك. إذا لم تفهم هذه المحتويات فمن المهم أن تتأكد من انه تم حساب الأجر والاستقطاعات بصورة صحيحة.

الأجر الاجمالي: وهو المبلغ الكلّي الذي كسبته خلال فترة زمنية قبل أخذ أي استقطاعات منه. انظر الى ملحق الصك للتأكد من أن المبلغ الاجمالي يتطابق مع مستوى الاجر الذي تم توظيفك على أساسه مضروباً بعدد الساعات التي اشتغلتها فعلاً.

الاستقطاعات: وهي المبالغ التي تؤخذ من أجرك الاجمالي خلال فترة زمنية معينة. يحدد القانون معظم هذه الاستقطاعات. وتشمل هذه الاستقطاعات ضريبة الدخل الفيدرالية وضريبة الضمان الاجتماعي وضريبة الرعاية الطبية وفي معظم الولايات هناك استقطاعات اضافية لدفع إلتزامات معينة كالتأمين الطبي واشتراكات النقابة والتأمين على الحياة وحطة توفير الشركة.

الأجر الصافي: وهو المبلغ الذي تتلقاه واقعياً في الصك بعد اخذ جميع الاستقطاعات.



BEST COPY AVAILABLE

الفوائد: ويوفرها اما رب العمل مباشرة أو الحكومة من خلال الضرائب التي يتم استقطاعها من اجرك بالطريقة المشروحة اعلاه.

التأمين الصحي: وهي فائدة قد يوفرها رب العمل اما مجاناً أو من خلال دفعك جزءً من التكلفة. توفر بعض الشركات الضمان الصحي كفائدة لموظفيها بعد أن يكونوا قد عملوا فترة زمنية محددة قد تكون على سبيل المثال ثلاثة أو أربعة أو ستة أشهر. في حالات كثيرة يمكن ادخال عائلتك في خطة التأمين في حال دفعك مبلغاً اضافياً. لا يتحمل كل أرباب العمل تكاليف الفوائد الصحية لكن معظمهم يفعل ذلك. يمكن أن تكون التكاليف الصحية باهظة جداً في الولايات المتحدة ولذلك يعتبر التأمين الصحي فائدة مهمة تستحق أن تأخذها بعين الاعتبار.

هناك فوائد اضافية قد يوفرها رب العمل وتتضمن **الاجازة المرضية ومقدار وقت الاجازة وخطط التقاعد**. وتختلف سياسات الشركات الى قدر كبير بهذا الصدد ولذلك عليك ان تعرف أكبر قدر ممكن عن سياسات الشركة التي تعمل فيها عندما يتم توظيفك في بعض الحالات تتغير

Mobil Servi

الفوائد التي تعرضها الشركة في حالة العمل لديها لفترة أطول. فمثلاً يحصل العاملون الذين قضوا عدداً من السنين في نفس الشركة وقت اجازة أطول من ذلك الذي يحصل عليه العامل الجديد. من المهم ان تطرح أسئلة على مكتب الموظفين في الشركة والعاملين في وكالة التوظين والأصدقاء والكفيل والاخرين الذين بامكانهم مساعدتك للحصول على معلومات دقيقة وكاملة حول برامج الفوائد.

هناك ثلاثة أنواع أخرى من الفوائد التي لها علاقة بالعمل وهي:

الضمان الاجتماعي: وهو برنامج تأمين للتقاعد تديره الحكومة الفيدرالية ويشترك في تحمل نفقاته رب العمل والعامل. يتم تحديد فوائد الضمان الاجتماعي بناءً على تاريخ اجورك في الولايات المتحدة وهذا البرنامج متاح لكل العاملين الذين ساهموا في البرنامج من خلال دفعهم للضرائب.

تأمين البطالة: وهو برنامج يتم تمويله من خلال الضرائب التي يدفعها رب العمل. وهذا البرنامج متاح لأولئك الذين يفقدون عملهم لأسباب خارجة عن سيطرتهم.

تعويض العمال: ويوجد هذا البرنامج في معظم الولايات ويوفر جزءً من الراتب والتأمين الطبي للعمال الذين أصيبوا أثناء تأدية عملهم.

حقوق العمل

كونك لاجئاً تتمتع بنفس حقوق العمل في الولايات التي يتمتع بها كل مواطن أميركي. ليس من حق رب العمل أن يميز ضدك بسبب كونك لاجئاً أو يحرمك من العمل أو الترفيع بسبب عمرك أو لونك أو عاهتك أو حالتك الزوجية أو أصلك القومي أو العرقي أو الطائفي أو عرقك أو دينك

أو جنسيتك. ومع ذلك فان هناك بعض الاعمال التي لايمكن أن يُقدم لها الا المواطنون الأميركان كما هو الحال في معظم الاعمال في الحكومة الفيدرالية. وتحمي قوانين العمل أيضا العاملين من ظروف العمل غير الآمنة والتحرش الجنسي في موقع العمل.

في موقع العمل: نصائح للنجاح

تدرك وكالات التوطين وكثير من اللاجئين ان هناك بضعة أشياء ينبغي تذكرها عندما تبدأ في العمل في الولايات المتحدة. ليست هذه النصائح مهمة فقط في مساعدتك للحفاظ علي عملك بل هي مهمة أيضاً في مساعدتك للتقدم والحصول على أعمال أفضل في المستقبل.

كن دقيقا في حضورك للعمل. تعتبر الدقة في الوقت احدى الصفات التي يُنظر اليها باحترام شديد في الولايات المتحدة. ستترك انطباعاً ايجابياً على رب عملك اذا كنت دقيقاً في الوقت دائما. عندما تأتي للعمل متأخراً قد يُستقطع من أجرك مقدار الوقت الذي تأخرت فيه. اطلب اجازة مرضية فقط في حالة كونك مريضاً جداً. يستمر معظم الاميركان بالعمل اذا كانت لديهم حالة زكام بسيطة ويفتخر الكثيرون منهم بانهم لم يغيبوا يوماً واحداً في عملهم. اتصل برئيسك دائما اذا كنت تعرف بانك ستتأخر أو تتغيب لأي سبب.

كن ودوداً نحو رئيسك وزملائك في العمل. يمكن ان تكون ساعة الغداء وأوقات الراحة فرصة جيدة للتواصل الاجتماعي. تشمل مواضيع المحادثة العرضية في الولايات المتحدة الطقس والفعاليات في عطلة نهاية الاسبوع والطعام والرياضة. ستكون هناك فرص كثيرة تتبادل فيها معلومات عن حضارتك معهم وخصوصاً في فترة المناسبات التقليدية.

كن منتجاً في العمل. يمكن ان تكون ودوداً في العمل دون ان تقضي وقتاً طويلاً جداً في التحدث مع زملائك أو أصدقائك. اطرح اسئلة اذا لم تفهم شيئاً فلا تتردد في ان تسأل زميلك في العمل أو رئيسك. ستؤدي عملاً أفضل وسيحترمك رب العمل.

اغتنم المبادرة لتعلم مسؤوليات ومهام جديدة. يمكن أن يبدأ تطورك في أي عمل من خلال اظهارك اهتماماً أو رغبة في تحمل مسؤوليات اضافية.

قد تغير عملاً لتجد عملاً جديداً أو أفضل لدى شركة اخرى. ومع ذلك اعط دائما اعلاماً خطياً قبل اسبوعين. لا تستقل من عملك قبل ان تجد عملاً جديداً وحاول ان تحافظ على عملك الأول لمدة ستة أشهر على الأقل لتأسيس تاريخ عمل جيد.

إن التعليم متاح لكل شخص في الولايات المتحدة بغض النظر عن عمر الشخص أو عرقه أو دينه أو طبقته الإجتماعية. التعليم العام مجاني ويفرضه القانون على جميع الأطفال بين عمر ٦ و١٦ وقد يكون متاحا أيضا للأطفال بعمر أصغر أو أكبر حسب أنظمة المنطقة التعليمية المحلية. وللأبوين خيار آخر هو تسجيل أبنائهم في مدارس خاصة والكثير من هذه المدارس لها إرتباطات دينية الا ان أجور التعليم فيها غالبا ما تكون باهظة. ويمكن أن يكون التعليم ما بعد المرحلة الاعدادية باهظا جدا.

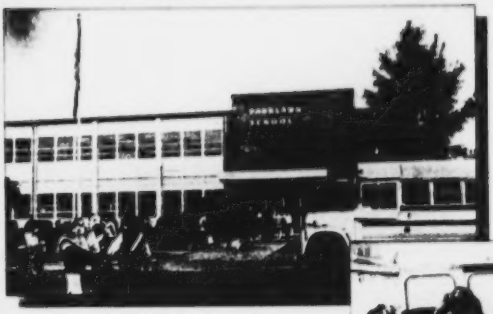
ينظر معظم الأميركان الى التعليم على انه سبيل للتأهيل والحصول على أعمال أكثر ارضاء ولتحسين مستواهم المعاشي. عادة يستمر البالغون بعد ان يقرروا مواصلة تعليمهم بالعمل بدوام كامل وحضور الحصص الدراسية في المساء أو في عطلة الاسبوع.

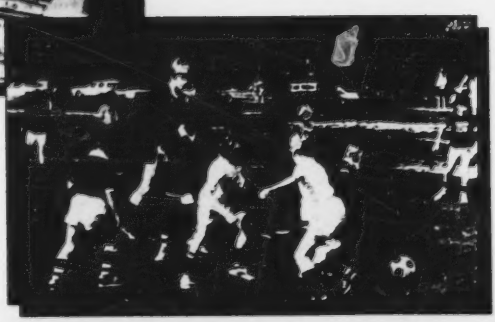
التعليم العام للأطفال

في المدارس العامة الاميركية يدرس الاطفال من مختلف الخلفيات العرقية والدينية والاجتماعية والاقتصادية ويتفاعلون سوية في قاعات الدرس وخلال الفعاليات غير الصفية. يحب على الاطفال ذوي الاعاقات البدنية والذهنية الدوام في المدرسة. في حالات كهذه تقوم المدرسة بتقييم اعاقة الطفل وتناقش مع الوالدين خطة تعليم الطفل.

ينبغي تسجيل الأطفال في المدرسة بأسرع وقت ممكن بعد وصولهم. ستساعدك وكالة التوطين في تسجيل الاطفال في المدرسة وتطلب معظم المدارس سجلات لقاحات الاطفال وتاريخهم الطبي. بالرغم من ان التعليم العام مجاني فان هناك مصاريف سيتحملها الاهل كمصاريف شراء الأقلام والأوراق والاحتياجات الاخرى وأجور الفعاليات الخاصة.

BEST COPY AVAILABLE





هناك على العموم ثلاثة أنواع من **التعليم الابتدائي** ويبدأ في الروضة عندما يكون عمر الطفل خمس سنوات ويستمر هذا التعليم الى نهاية الصف الخامس أو السادس. **المدرسة المتوسطة** وهي التي تأتي بعد المرحلة الابتدائية (عادة من الصف السادس الى الصف الثامن) **والمدرسة الاعدادية** (عادة من الصف التاسع الى الصف الثاني عشر) التي تعد المرحلة الأخيرة. يتلقى الطلبة الذين ينهون المرحلة الاعدادية بنجاح دبلوم المرحلة الاعدادية. عموماً يتم وضع الطلبة القادمين حديثاً في صفوف على أساس العمر والدراسة الاكاديمية السابقة. وقد يتم وضع الاطفال الأصغر عمراً الذين يتحدثون القليل من اللغة الانكليزية في صف أدنى في البدء.

تبدأ الدراسة عادة في شهر آب أو أيلول وتنتهي في آيار أو حزيران. يحضر معظم الأطفال الدروس لمدة ست ساعات يومياً من يوم الاثنين الى يوم الجمعة. اذا كانت المدرسة بعيدة عن بيتك بحيث لا يمكن أن يمشي الطفل المسافة فيمكن أن توفر باصات المدرسة نقلاً مجانياً الى المدرسة. يستطيع الأطفال ان يأخذوا غداءهم الى المدرسة أو يشتروا غداء مغذياً ورخيص الكلفة في كافيتريا المدرسة.

إن الحضور الدراسي مهم جداً عندما يغيب أحد التلاميذ يُنتظر من الأبوين ان يبعثا شرحاً خطياً ويُنتظر ان يُعوِّض التلاميذ العمل الدراسي الذي فاتهم.

يتم تعليم الأولاد والبنات سوية في نفس قاعات الدرس وفي جميع المدارس العامة تقريباً. قد تختلف طريقة التعليم الاميريكية كثيراً عن طريقة التعليم في بلدان كثيرة إذ يُشجع المعلمون الطلاب على التعلم بواسطة التفكير والتحليل أكثر منه بواسطة الحفظ عن ظهر قلب. ويشارك التلاميذ من خلال طرح أسئلة كما يشاركون في النقاشات والفعاليات حتى وان لم يكونوا يعرفون الكثير من اللغة الانكليزية.

ليس هناك منهج دراسي موحد في الولايات المتحدة اذ تقرر كل ولاية ومدرسة محلية المواد التي تدرِّسها. لكن على العموم يتلقى معظم التلاميذ دروساً في اللغة الانكليزية والرياضيات والدراسات الاجتماعية والعلوم والتربية البدنية كما يتم عادةً تدريس الفن والموسيقى واللغات الاجنبية. وبالاضافة الى الدروس خلال اليوم العادي تُهيء معظم

المدارس وعلى الاخص في المرحلة الاعدادية سلسلة من الفعاليات الرياضية والثقافية خلال ساعات مابعد الدوام المدرسي.

إن أصعب التحديات التي تواجه الأطفال هي تعلم اللغة الانكليزية وخاصة اللغة المطلوبة لأداء الواجب المدرسي. ويتعلّم معظم الاطفال بسرعة. في كثير من المدارس توجد تعليم الانكيزية كلغة ثانية (ESL) للقادمين الجدد فيما تقدم مدارس أخرى المساعدة من خلال معلم خاص. يواجه معظم القادمين الجدد مشاكل تكيف خلال سنتهم الأولى في المدرسة إذ قد يشعر الأطفال بالوحدة في البدء لكن ما ان تتحسّن قدرتهم على التكلم حتى يقيمون صداقات ويشعرون بارتياح أكبر في المدرسة.

يُفاجأ الكثير من الطلبة وآباؤهم بالسلوك واللباس غير المتكلّف للطلبة الأميركان اذ تُعطي المدارس العامة الأميركية للطلاب حرية الاختيار لكن في ذات الوقت يُنتظر منهم ان يلتزموا بالأنظمة المدرسية واذا خرقوا هذه الانظمة المدرسية فسيكون لزاماً عليهم أن يؤدوا واجباً إضافياً أو أن يبقوا في المدرسة بعد نهاية الدوام أو يُحرموا من المشاركة في فعاليات معينة أو

يتم إيقافهم من الدوام في المدرسة لبضعة أيام. لايسمح بالعقاب الجسدي في معظم المدارس الأميركية.

توجد في بعض المدارس وعلى الأخص الكبيرة منها في المدن الكبيرة مشاكل تتمثل بعصابات الشباب الصغار والعراك بين المجاميع الطائفية أو العرقية. في بعض المناطق كانت هناك مشاكل مع بعض الطلاب بسبب جلبهم مخدرات أو أسلحة الى المدرسة. إذا شعر الطلاب انهم مهددون أو مرتبكون فعليهم ان يتجنّبوا المواجهة ويتحدثوا الى معلم أو مستشار في المدرسة أو معلّم خصوصي.

يُنتظر من الآباء أو أولياء الأمور أن يلعبوا دوراً فعالاً في تعليم أطفالهم. يُشجّع الاباء وأولياء الأمور على زيارة المدرسة والتعرّف على معلمي أطفالهم وحضور الاجتماعات المدرسية حتى وان كانوا لا يتحدثون الكثير من اللغة الانكليزية. تقدم الكثير من المدارس معلومات معدة بصورة خاصة للآباء الذين يتحدثون انكليزية محدودة. تساعد المدارس في الولايات المتحدة الآباء على فهم تعليم أطفالهم.

التعليم للبالغين

ينظر معظم الأميركان الى التعليم على أنه عملية تستغرق العمر بطوله. ويسجّل الكثيرون في فصول دراسية في وقت ما خلال حياتهم كبالغين. ولأن القليلين فقط يستطيعون تحمّل تكاليف الاستقالة من عملهم وحضور الدراسة بدوام كامل فان معظم الاميركان يعملون في ذات الوقت الذي يدرسون فيه.

فيما يُنتظر من القادمين الجدد ان يعملوا فان بامكانهم أيضاً أن يواصلوا تعليمهم. ويتلقى الكثير منهم دروس اللغة الانكليزية ويسعى أخرون وراء التدريب المهني رغم ان معظم دورات التدريب المهني والتقني تتطلّب لغة انكليزية متقدّمة. ما ان تستقر في منطقتك حتى تعرف اكثر عن الفرص التعليمية المتاحة وربما ستكون فرصتك ضئيلة في الحصول على التعليم العالي خلال سنتك الأولى في الولايات المتحدة. ومع ذلك بمرور الزمن سيصبح السعي نحو شهادة عالية أو الحصول على الترخيص المهني أمراً ممكناً. من المهم أن تشارك العائلة معاً في التخطيط بشأن كيفية حصول البالغين فيها على التعليم وكيفية تمويله.

الانكليزية كلغة ثانية

توفر معظم المناطق دروس اللغة الانكليزية من خلال برامج متاحة لكل شخص إذ يدرس رجال ونساء من ذوي خلفية عرقية وتعليمية وعمرية مختلفة معاً. وتركّز الدروس عادةً على التفاهم في المنطقة وموقع العمل. وتركز دروس اللغة الانكليزية في الصفوف الأولى عادةً على تعليم اللغة الانكليزية المتحدث بها والتي تُعد ضرورية لتلبية الحاجات الأساسية وبلوغ الاكتفاء الذاتي. في الصفوف المتوسطة والمتقدمة يتم توجيه عناية أكبر نحو القواعد والقراءة والكتابة.

تُعد الدراسة على يد معلم خصوصي متطوع طريقة أخرى لتعلم اللغة الانكليزية ويمكن أيضاً أن تكون هذه طريقة جيدة للتعرف على العادات والثقافة الأميركية. لدى العاملين في برامج تعليم البالغين أو وكالة التوطين معلومات حول برامج التعليم الخصوصي الطوعي. وتقدّم مدارس اللغة التجارية أيضاً دروساً في اللغة الانكليزية الا ان هذه الدروس تكون باهظة عادةً.

إضافة الى دروس الانكليزية كلغة ثانية تقدم برامج التعليم للبالغين مختلف الدروس للجمهور العام وتتضمن المواضيع التقليدية مسك السجلات واللغات الأجنبية وتعليم الكومبيوتر ومعظم هذه المواضيع غير مهيئة لطلبة ذوي لغة انكليزية محدودة. تساعد دروس تطوير التعليم العام (GED) البالغين في الحصول على شهادة المرحلة الاعدادية فيما تساعد دروس أخرى على التهيؤ لإمتحانات المواطنة. على اللاجئين أن يدفعوا نفس الأجور التي يدفعها القاطنون الاخرون لقاء تعليم البالغين.

فرص أخرى للتعليم العالي والتدريب

تدرس مدارس تقنية ومهنية الناس لإتقان مهن محددة كتصليح وبرمجة الكومبيوتر والمساعدين الطبيين ومساعدي أطباء الاسنان. وعادة ما تتطلّب هذه البرامج مستوى عالياً من اللغة الانكليزية ودفع أجور دراسية.

هناك نوعان رئيسيان من التعليم العالي في الولايات المتحدة وهما: الكليات الصغيرة المحلية والجامعات أو الكليات. تقدّم الكليات المحلية برامج لمدة عامين لتهيء الطلبة لتأدية مهن معينة مثل تصليح الأجهزة الالكترونية أو التمريض. يحصل الطلبة على بعض الرخص لممارسة مهن معينة بعد عامين من الدراسة أو يستطيعون البدء ببرنامج دراسي لمدة عامين هناك ومن ثم ينتقلون الى برنامج ذي أربعة أعوام. تقدّم الكليات والجامعات برامج ذي أربعة أعوام. وعادة ما يُطالب طلبة الكليات باتمام منهاج دراسي عام قبل أن يتخصصوا في حقل معين كالفيزياء أو الرياضيات أو التاريخ أو يتهيؤا لدراسة عليا في القانون أو الطب. تشترط هذه المؤسسات التعليمية مستويات اتقان عالية جداً في اللغة الانكليزية وقد يُطالب الناطقون غير الأصليين للغة الانكليزية باجتياز اختبار لغة قبل التسجيل. ان التعليم العالي باهظ التكاليف غير انه يوجد في معظم

"وهكذا تعلّمت. قلت سأجعل الانكليزية المفتاح. إذا كان باب المنزل مقفلاً فلا تستطيع أن تدخل بدون مفتاح. لكي تفهم كيف تدبر شؤونك في هذا البلد يجب أن تتعلّم الانكليزية. الانكليزية هي المفتاح الذي يفتح الباب الى أمريكا".

المؤسسات التعليمية مكتب المساعدة المالية حيث يمكنك الحصول على معلومات بشأن قروض ومنح دراسية يتم منحها للطلاب.

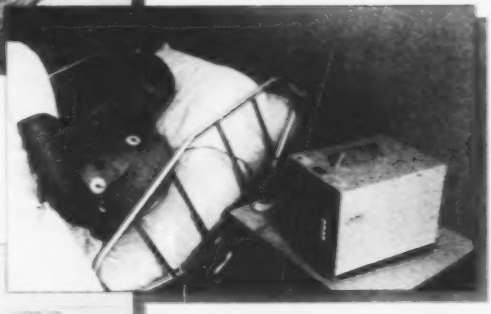
قد يحتاج الأشخاص الذين يحملون شهادات عالية من بلدانهم الأصلية في تخصصات كالطب والهندسة الى عادة توثيق شهاداتهم حسب القوانين الاميريكية قبل السماح لهم بممارسة مهنهم في الولايات المتحدة. يمكن ان تكون هذه العملية مكلّفة وتستغرق وقتاً إذ تتطلب وجود مستند خطي يثبت الدراسة والتأهيل في بلد الشخص الأم اضافة الى درجات نجاح مؤهلة في اختبارات اللغة الانكليزية. غالباً ما يقبل اللاجئون الذين يسعون الى ممارسة تخصصاتهم من جديد عملاً أقل تخصصاً في حقل تخصصهم فيما يقومون بالإعداد لاعادة توثيق شهاداتهم. فعلى سبيل المثال قد يعمل طبيب مساعد مختبر الى ان يتم اعادة توثيق شهادته.

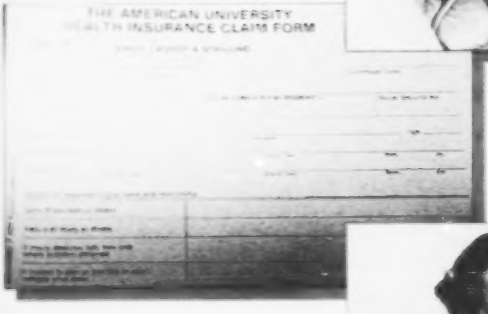
تشمل العناية الصحية في الولايات المتحدة مختلف الانظمة التي تقدم أنواعاً مختلفة من الخدمات. من المهم أن تسأل وكالة التوطين عن معلومات بخصوص الرعاية الصحية في منطقتك.

سيتم الاتصال بك وعائلتك بعد فترة قصيرة من وصولكم الى الولايات المتحدة لترتيب **فحص طبّي وقائي**. إن الغرض من هذا الفحص هو معرفة ومعالجة أي مشاكل طبية قد تتعارض مع توطينك وتضمنها قدرتك على الحصول على عمل أو حضور الدروس. قد يجري الفحص الذي يكون مجانياً في مكتب صحي عام أو مركز صحي أو عيادة طبيب.

في الولايات المتحدة يتحمل الفرد بشكل عام وليس الحكومة دفع أجور الخدمات الصحية. إن تكلفة العناية الصحية باهظة ولذلك يعتمد معظم الناس على برامج التأمين التي يحصلون عليها غالباً عن طريق أماكن عملهم.

التأمين الصحي: ويمكن الحصول عليه مقابل قسط شهري. يعرض بعض أرباب العمل التأمين وقد يدفعون جزء أو كل القسط الشهري. وهناك عادة فترة انتظار من وقت تثبيتك في العمل الى الوقت الذي تصبح فيه مستحقاً للتأمين الصحي. هناك شركات تأمين مختلفة تعرض أنواعاً مختلفة من البرامج. منظمات الحفاظ على الصحة (HMO) هي برنامج التأمين الشائع على نحو أحد بالازدياد. ومن خلال هذا البرنامج تقوم مجموعة من الأطباء والعيادات الأهلية بتوفير العناية الصحية إذ يتم تعيين طبيب لكل عضو في احدى منظمات الحفاظ على الصحة هذه ويقوم هذا الطبيب بتوفير العناية الصحية الأساسية ويجب أن يصدّق على أي زيارات لصالات الطوارىء والمستشفيات والاخصائيين. تتحمل شركة





BEST COPY AVAILABLE

التأمين في بعض الحالات الكلفة الكاملة للعناية الطبية وفي حالات أخرى سيكون عليك أن تدفع جزء من التكاليف.

هناك برامج حكومية لمساعدة الناس ذوي الدخل المحدود إذ تغطي هذه البرامج جزء من النفقات الطبية. قد تتباين البرامج الحكومية التي يتم شرحها هنا ولذلك اسأل العاملين في وكالة التوظين ليساعدوك على الحصول على معلومات دقيقة وحديثة حول الخدمات الصحية المتاحة لك.

للاجئين الحق في التقديم للحصول على هذه المساعدة الطبية

(RMA) أو المعونة الطبية (Medicaid) ويجري التقديم للحصول على هذه الخدمات في مكتب حكومي محلي معيّن يتكفّل كلا البرنامجين بأجور العناية الطبية لذوي الدخل المحدود. يجب على المتقدمين ملأ استمارة (أو استمارات) تشترط تقديم اثبات خطي بالدخل ومعلومات شخصية أخرى.

تختلف خدمات العناية الصحية من منطقة الى أخرى. في معظم الحالات لابد من إجراء موعد للحصول على العناية الصحية الذهنية والطبية وخدمات العناية بالأسنان. تحتاج أن تتعرّف على الخدمات الصحية المتوفرة في منطقتك وفيما يلي وصف لبعض منها.

قسم الصحة العامة: وتوفر معظم المكاتب التابعة لهذا القسم لقاحات ضد الأمراض إضافة الى تقديمها خدمات صحية وقائية أخرى ومن ضمنها فحص ومعالجة السلّ الرئوي. تُقدّم هذه الخدمات للاحيّين مجاناً أو انها تكون رخيصة جداً. ينبغي على الآباء أن يتصلوا بقسم الصحة العامة للتأكد بشأن اللقاحات التي يتلقّاها أطفالهم إذ يجب على جميع الأطفال الذين تم تسجيلهم في المدارس العامة أن يقدموا بيانات حقية تؤيد تلقيهم اللقاحات المطلوبة.

الأطباء الأهليون: ويقدّم هؤلاء الأطباء عناية صحية متخصصة وعامة وعادة ما يطلب مكتب الطبيب إثباتاً بالدفع أو معلومات التأمين في وقت

إجراء الموعد. يشترك بعض الأطباء في العمل في عيادات خاصة أو ضمن مجموعة مع أطباء ممارسين عامين وأخصائيين اخرين.

العيادات أو المراكز الصحية: وتدعم هذه المراكز والعيادات مصادر أهلية وحكومية. وتقبل هذه العيادات والمراكز التأمين الشخصي والمعونة الطبية (Medicaid) أو تفرض أجوراً بناءً على دخل المُراجع الذي ليس لديه تأمين.

المستشفيات: توجد هذه المؤسسات الصحية في كل منطقة أميركية. يقوم الاطباء والعيادات باحالة ذوي المشاكل الصحية الخاصة الى المستشفى لاجراء فحوصات وعمليات جراحية. وكلفة العناية الطبية في المستشفيات باهظة وتطلب المستشفيات اثباتاً بالتأمين أو اثباتاً بقدرتك على دفع نفقات هذه الخدمات.

صالات الطوارىء: إن هذه الصالات الموجودة في المستشفيات أو أماكن أخرى مخصصة للمشاكل الصحية الحادة والمفاجئة. بما ان صالات الطوارىء مشغولة دائما فليس هناك حاجة لاجراء موعد فيها لكن قد يكون الانتظار طويلاً. بخصوص معظم المشاكل الصحية يجب عليك أن تتصل بالطبيب لاجراء موعد معه. تُستخدم صالة الطوارىء عند الضرورة القصوى فقط وعادة يتم تقديم العناية الصحية في صالات الطوارىء بغض النظر عن وجود تأمين لديك أو قدرتك على الدفع

خدمات الاسعاف: توفر هذه الخدمات النقل والمساعدة الطبية عند الحاجة اليها بأقصى سرعة ممكنة عندما لا يكون هناك أي سبيل آخر لنقل الشخص المصاب أو المريض لتلقيه العناية الطبية الطارئة. وعادة تفرض خدمات الاسعاف أجراً بعد تقديم الخدمة.

العناية بالأسنان: يقدّم هذه الخدمة أطباء الأسنان والعيادات الخاصة. من النادر أن تجد خدمات أسنان منخفضة التكاليف أو مجانية ولكن يمكن أن تكون متوفرة في عيادات الصحة العامة أو العيادات المحلية. ولا تغطي جميع برامج التأمين الصحي تكاليف العناية بالأسنان.

العناية الصحية الذهنية: ويقدم هذه الخدمة أطباء ومعالجون طبيعيون خاصون في عيادات خاصة. قد تكون بعض خدمات الصحة الذهنية متاحة عن طريق جمعيات المعونة المشتركة ووكالات الخدمات العائلية كما تقدّم بعض وكالات التوطين الخدمات الاستشارية وبامكانها ان تساعدك في العثور على خدمات صحة ذهنية أخرى.

غالباً ما تكون النفقات المعيشية في الولايات المتحدة باهظة ويحتاج اللاجئون أن يولوا عناية شديدة لعمل موازنة مالية وتوفير النقود واستخدام القروض.

تدبير دخلك

من الضروري أن تعرف كيفية تدبير نقودك عندما تعيش على دخل محدود. تكون نفقاتك الثابتة عادة كالتالي:

الايجار: وهذا بطبيعة الحال هو الجزء الأول والأكبر الذي ينبغي عليك أن تقوم بموازنته.

الخدمات: كالكهرباء والغاز والماء وجمع القمامة. قد تكون بعض هذه الخدمات جزء من ايجارك لكن ربما عليك أن تدفع واحدة من هذه الخدمات أو أكثر بصورة منفصلة. تختلف تكاليف التدفئة والتبريد باختلاف المواسم.

الطعام: تسوّق من المتاجر الكبيرة قدر الامكان إذ تكون الاسعار فيها أرخص غالباً. قارن المنتجات وأسعارها لتجد المنتوج الذي يمنحك النوعية الأفضل بالسعر الأرخص.

النقل: ينبغي أن تأخذ بعين الإعتبار تكاليف النقل من وإلى عملك يومياً والنقل لرحلات التبضّع واحتياجات النقل الروتينية الأخرى. في أماكن كثيرة يتم توفير تذاكر شهرية مخفّضة لركوب الباصات والترو.

BEST COPY AVAILABLE

الهاتف: تذكّر ان الاتصالات الخارجية غالية جداً وعلى العموم تكون هذه الاتصالات أقل تكلفة في يومي السبت والاحد والساعات المتأخرة من الليل.

أين تتسوّق

هناك أنواع كثيرة ومختلفة من المتاجر والاسواق في الولايات المتحدة وتتنوّع الى حد كبير نوعيات البضائع والخدمات التي تعرضها وفيما يلي خمسة أنواع من أماكن التسوق:

الأسواق الكبيرة (السوبر ماركت): وهي المتاجر الأكثر شيوعاً لبيع الأغذية. إضافة الى ذلك تبيع معظم هذه المتاجر مواد التنظيف والتجميل والمجلات وبعض الملابس والمواد المنزلية والأدوية التي لاتحتاج الى وصفة طبية. يقلل كثير من الناس كُلفة التسوّق باستخدام قسائم تخفيض وشراء نوعيات خاصة بالسوبر ماركت أو نوعيات يتم بيعها باسعار مخفّضة.

المتاجر المتخصصة: وهي المتاجر التي تبيع الملابس والأثاثات والأجهزة والأدوات والأحذية والمواد غير الغذائية الأخرى. تعتبر بعض هذه المتاجر (متاجر تخفيضات) حيث تكون الأسعار فيها أرخص.

محلات التقشّف: تبيع هذه المحلات المواد المستخدمة باسعار معقولة جداً ويفاخر معظم الناس بحصولهم على (صفقات رابحة) فيها.

مخازن الأطعمة العرقية: توجد مخازن الأطعمة هذه والتي غالباً ما يملكها مهاجرون أو لاجئون سابقون في منطقتك أو في مدينة قريبة إذا كان هناك عدد كبير من مجموعة عرقية ما. قد تجد مواداً غذائية مألوفة لديك من وطنك في مخزن أغذية عرقي.

" بعد بضع سنوات من مجيئي الى الولايات المتحدة قررت انه قد حان الوقت لشراء سيارة. عندما قدمت طلباً للحصول على قرض من تاجر السيارات سألني الموظف المسؤول عن القروض فيما اذا سبق لي ان سددت قرضاً. قلت اني فعلت وأريته قرض

(IOM) الذي سددته. لانـي أظهرت انيَ أستطيع سداد القرض تمت الموافقة على طلبي للقرض".

BEST COPY AVAILABLE

البيع في باحات البيوت أو البيع في المواقف: يتم الاعلان عنها في الجريدة أو من خلال لافتات تعلّق في المناطق القريبة المحيطة بها. وفي هذه الأسواق الصغيرة يبيع الناس مواداً من منازلهم وعادة ما تكون باسعار رخيصة جداً. ان هذه الأسواق الصغيرة أمكنة ممتازة لشراء مواد منزلية أو أثاث أو ملابس.

ضريبة المبيعات

يدفع المستهلكون في معظم الولايات ضريبة مبيعات إضافة الى كلفة السعر (قد تُعفى بعض السلع كالطعام أو الدواء من هذه الضريبة) وتمثّل هذه الضريبة نسبة مئوية من كلفة السلعة ويتم حسابها عند دفع ثمن السلعة. عادة لا يتضمن السعر الموجود على السلعة أو على رفوف المتجر ضريبة المبيعات.

ضرائب أخرى

تجبي الحكومة الفيدرالية وحكومة الولاية اضافة الى بعض حكومات المدن ضرائب الدخل. اضافة الى ذلك تجبي الحكومات المحلية ضرائب الملكية المفروضة على المنازل والبنايات والأرض وأحياناً على الملكية الشخصية كالسيارات. تساعد هذه الضرائب على دفع كثير من الخدمات التي يستفيد منها جميع سكان المدينة وبضمنهم اللاجئون.

النظام المصرفي

للحفاظ على نقودهم من الضياع والسرقة يُودع الأميركان عموماً أموالهم في مؤسسة مالية كالبنك أو جمعية أقراض وتوفير أو مؤسسة التمان بدلاً من الاحتفاظ بها في المنزل أو حملها معهم. تدفع المؤسسات المالية فوائد على الأموال التي يتم ايداعها في بعض أنواع الحسابات إلا انها عادة

تفرض أجراً على خدمات مثل الحسابات الجارية أو بطاقات الائتمان. لدى معظم الناس حسابات جارية يجررون من خلالها صكوكاً لدفع فواتيرهم.

استخدام الائتمان

ان الشراء بواسطة بطاقات الائتمان والشراء على الائتمان (شراء البضائع أو دفع أثمانها خلال فترة زمنية) أمر شائع في الولايات المتحدة. تقدم كثير من المؤسسات التجارية بضائع وخدمات على الائتمان لتمكّن الناس من شراء الأشياء التي لا يستطيعون شرائها لولا ذلك. ينبغي أن يكون القادمون الجدد حذرين من استخدام بطاقات الائتمان أو خطط الائتمان لشراء سلع كالأجهزة والأثاث والسيارات لأن الكلفة الكلية لعمليات شراء كهذه باهظة جداً بسبب اضافة مقدار الفائدة الى السعر. واذا لم يستطع المشتري ان يدفع قسطاً فإن بامكان الشركة المنتجة ان تسترجع المنتوج بدون اعادة النقود التي دفعها المشتري حتى ذلك الوقت وقد يثير هذا مصاعب أمام المشتري عند محاولته الحصول على بطاقة ائتمان أو قروض

في المستقبل. حاذر أيضاً من عروض بطاقات الائتمان التي تجدها في الاعلانات والتي تبدو مغرية جداً الى حد يصعب تصديقها.

ينبغي على اللاجئين أن يخصصوا جزء من دخلهم لدفع قروض سفرهم إذ يساعد هذا على تأسيس تقييم ائتمان جيد في الولايات المتحدة. من السهل جداً أن تحصل على قرض إذا كنت تستطيع أن تثبت أنك قد دفعت قرضاً في الماضي. اسأل وكالة التوطين عن معلومات بشأن كيفية دفع قرض السفر.

خدمات التوطين الانتقالية: مراجعة

يناقش الفصل الثاني (دور وكالة التوطين) الخدمات التي يحق لك أن تتلقاها من وكالة التوطين. إن مسؤوليتك هي أن تستفيد الى أقصى حد ممكن من هذه الخدمات المتاحة لك لفترة زمنية قصيرة فقط. اعلم وكالة التوطين بالتقدم الذي أحرزته في عملية التوطين وتحدث بصراحة مع العاملين في وكالة التوطين عن رغباتك وهمومك وحاول أن تكون مرناً.

يناقش الفصل السادس (العمل) مسؤولياتك كعامل. حتى وان لم يكن عملك الأول مرضياً لك مهنياً كما تتمنى فسيأخذ أرباب العمل المستقبلون بنظر الاعتبار وبصورة دقيقة اداءك في ذلك العمل ولذلك فمن المهم أن تبذل أفضل ما بوسعك في أي عمل.

يناقش الفصل السابع (التعليم) مسؤوليات الاباء الذين لديهم أطفال في المدرسة. حاول أن تلعب دوراً فعالاً في تعليم طفلك.

القوانين في الولايات المتحدة

بما انك لاجيء فانك تتمتع بكثير من ذات الحقوق التي يتمتع بها أي شخص يعيش في الولايات المتحدة. يتمتع كل المقيمين في الولايات المتحدة بالحماية التي توفرها هذه الحقوق في مجالات العمل والاسكان والتعليم وأحقيتهم في الحصول على الخدمات الحكومية بغض النظر عن العرق أو الدين أو الأصل الطائفي والقومي أو الجنس أو اختلافات أخرى. إن القوانين في الولايات المتحدة مشرّعة لحماية حقوقك. ينبغي لك كمقيم في الولايات المتحدة أن تكون لديك معرفة أساسية بحقوقك ومسؤولياتك القانونية.

BEST COPY AVAILABLE

إذا جرى اتهامك بارتكاب جريمة فتُعتبر بريئاً الى أن يتم إثبات أنك مذنب. لك الحق في أن يكون لديك محام يمثلك في المحكمة. إذا كنت لا تستطيع أن تتحمل نفقات محام فستعيّن المحكمة محامياً يقوم بتمثيلك. ومع ذلك فانك إذا خرقت القانون فليس باستطاعة وكالة التوطين أن تحل المشكلة بالتدخل.

القوانين الأميركية التي قد تختلف عن القوانين في بلدك

- في كثير من الأماكن في الولايات المتحدة لا يُسمح بالتدخين في أماكن كالمسارح والمكاتب. في أماكن أخرى كالمطاعم يجلس المدخنون في مناطق مخصصة لهم. إذا كنت مدخناً فاسأل وكالة التوطين عن القوانين في منطقتك.
- ممنوع قانوناً شراء أو بيع أو استعمال العقاقير الأخرى التي تسبب الادمان والمواد التي يجمع صرفها بدون وصفة طبية. ينبغي أن تستفسر من وكالة التوطين عن العقاقير التي قد يكون مسموحاً بها في وضعك لكنها خاضعة لسيطرة القانون أو ليست قانونية في الولايات المتحدة.

- ممنوع قانوناً قيادة سيارة إذا لم تكن لديك رخصة قيادة أمريكية أو إذا كنت قد تناولت الكحول.
- في كثير من الولايات هناك قوانين بخصوص سلامة الأطفال في السيارات. فعلى سبيل المثال قد يُشترط على الأهل استخدام حزام الأمان للأطفال ومقاعد سلامة خاصة للأطفال الرضع. هناك قوانين محددة خاصة بحزام الأمان تتعلق بالكبار.
- الاضطهاد الجنسي ضد رجال أو نساء ممنوع قانوناً.
- الجنس مع القاصرين (الذين تحت عمر ١٨ عاماً في معظم الولايات) ممنوع قانوناً.
- التعليقات المهينة أو القيام بسلوك ذي طابع جنسي في مكان العمل (التحرش الجنسي) ممنوع قانوناً.
- يجب أن يسجّل الأشخاص الذكور بين عمر ١٨ و٢٥ عاماً في الخدمة الاختيارية وهي وكالة حكومية تستطيع أن تدعو الأشخاص للخدمة العسكرية في زمن الحرب عادةً. جميع أعضاء القوات المسلحة في الوقت الحاضر هم من المتطوعين.

• في معظم الأماكن لا يُسمح قانونا باصطياد الحيوانات أو الأسماك بدون استحصال رخصة كما يجب أن تعرف القوانين الأخرى المرتبطة بهذه الفعاليات وتطيعها.

الصفة القانونية والمواطنة

يسمح لك كلاجئ أن تقيم بصورة دائمة وفي نهاية المطاف تستطيع أن تقدم طلبا لتصبح مواطنا. في خلال ستتك الأولى في الولايات المتحدة ستحمل صفة لاجئ. يتضح أن تحمل معك بطاقة I-94 في جميع الأوقات كدليل على وضعك القانوني. بإمكانك كلاجئ أن تقوم بالتالي:

• أن تسافر إلى أي مكان في داخل الولايات المتحدة.
• أن تشتري عقارا.
• أن تعمل.
• أن تدرس في مدرسة أو جامعة.
• أن ترعى كأطفال زوجتك وأطفالك غير المتزوجين تحت عمر ٢١ عاما إذا كنت قد فصلت عنهم. إذا رغبت أن تحضر زوجتك أو أطفالك إلى الولايات المتحدة فستشرح لك وكالة التوطين المتطلبات والإجراءات الضرورية لتحقيق ذلك.

الحريات الأساسية مثل حرية الكلام وحرية الدين وحرية التجمع محمية للجميع في الولايات المتحدة وبضمنهم اللاجئين. (بعض وكالات التوطين مرتبطة بمجموعات دينية لكنك لست ملزما بالمشاركة في فعالياتها الدينية).

بينما تحمل صفة لاجيء لا تستطيع أن تحصل على جواز سفر أميركي ولا تستطيع أن تنخرط في القوات المسلّحة الأميركية كما لاتستطيع أن تصوّت في انتخابات أميركية أو أن تعمل في وظائف حكومية تشترط الجنسية الأميركية. ولا يحق لك أن تسافر الى خارج الولايات المتحدة بدون إذن من دائرة الهجرة والتجنيس. إذا كان لابد لك أن تسافر خارج البلد ستشرح وكالة التوطين كيف تطلب الاذن بالسفر. إذا عدت الى بلدك الأصلي ولازلت لاجئا فقد تعرّض لخطر صفتك كلاجيء وقد لايسمح لك بالدخول مرّة أخرى الى الولايات المتحدة.

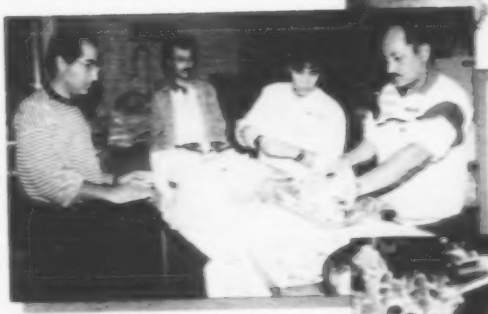
بعد أن تقيم عاما واحدا في الولايات المتحدة تستطيع أن تقدم طلبا لتصبح مقيما دائما. يستطيع المقيمون الدائمون السفر الى خارج البلد (رغم أن عليهم ألا يمكثوا أكثر من عام واحد خارج البلد) كما يستطيعون الانخراط في القوات المسلّحة إلا انهم لا يستطيعون التصويت في انتخابات أميركية أو العمل لدى حكومة أجنبية أو تولي أعمال حكومية أميركية تعتبر الوظيفة شرطا للحصول عليها. ستشرح لك وكالة التوطين كيف يمكنك أن تصبح مقيما دائما.

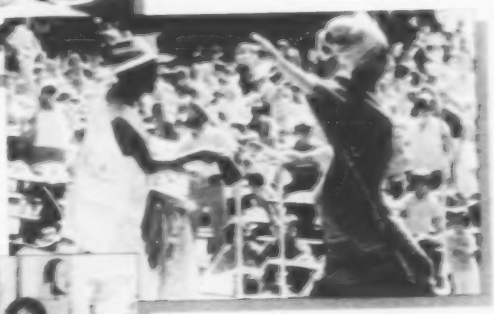
بعد قضاء أربع سنوات ونصف في الولايات المتحدة تستطيع أن تقدم طلبا لتصبح مواطنا. يمكن دائرة الهجرة والتجنيس أو وكالة التوطين أن تشرح لك متطلبات المواطنة التي من بينها الشخصية الأخلاقية الجيدة ومعرفة أساسية باللغة الانكليزية والتاريخ والحكومة الاميركان. يتمتع المواطنون المتجنسون بنفس الحقوق والامتيازات التي يتمتع بها الأميركان المولودون في هذا البلد.

إن الولايات المتحدة أمة مهاجرين حملوا معهم مختلف التقاليد والممارسات الحضارية. يعني هذا النوع الفريد ان ليس هناك حضارة أميركية متناسقة واحدة. ورغم كل ذلك فان هناك معايير سلوكية معينة تعد مقبولة في الولايات المتحدة وقد تختلف عن المعايير السلوكية المقبولة في حضارتك. قد تبدو بعض هذه العادات غريبة بالنسبة لك أو حتى قد تتناقض مع بعض السلوكيات والقيم المقبولة في بلدك. تعد عملية معرفة القيم والسلوكيات الأميركية والتكيف معها جزء من التكيف الحضاري. ولا يعني القيام بهذا التكيف ان عليك ان تتخلى عن جميع جوانب هويتك الحضارية.

يحترم الأميركان مبدأ المساواة بين جميع الناس مهما يكن عرقهم أو دينهم أو جنسهم أو حتى جنسيتهم العرقية معتقدين بأنه ينبغي أن يكون لها جميعاً نفس الحقوق والحريات الانسانية. يحمل معظم الأميركان رأياً سلبياً إزاء الأشخاص الذين يعبّرون عن تحاملهم أو يميزون ضد الأشخاص الاخرين. هناك قوانين صارمة بشأن الاسكان وأماكن العمل تمنع التمييز بسبب العرق أو الدين أو الجنسية الطائفية.

قد يختلف دور المرأة والرجل في الولايات المتحدة عنه في وطنك. يؤمن الأميركان بالمساواة بين الجنسين ويقدّرون الاكتفاء الذاتي والاستقلالية لكل من النساء والرجال. قد تجد أن الأدوار قد تتغير داخل عائلتك لكن هذا جزء طبيعي من عملية التوطين إذ غالباً ما تكون هناك الحاجة لدخول من أجل تلبية النفقات الأساسية. ونتيجة لذلك قد يحتاج كلا الوالدين أن يعملا وأن يشتركا في تحمل مسؤولية العناية بالأطفال.





BEST COPY AVAILABLE

تحكم القوانين بعض جوانب العلاقات داخل العائلة كتلك القوانين التي تحمي النساء والأطفال من الاضطهاد الجسدي. تُحرّم القوانين التي تتعامل مع العنف المنزلي استخدام القوة الجسدية ضد الزوجة أو أفراد العائلة. إضافة الى ذلك هناك قوانين تُقيّد استخدام القوة الجسدية عند ضبط الأطفال. يمكن أن يُعد عدم الاعتناء المناسب بالأطفال "إهمال طفل" والذي قد يؤدي الى تدخّل وكالات حماية الأطفال.

هناك مفاهيم خاطئة كثيرة بشأن الحياة الأميركية ويُعزى السبب في ذلك الى حد ما الى الأفلام والتلفزيون الأميركيين اللذين لا يقدمان صورة متوازنة عن الحياة في الولايات المتحدة. لا تمثل هذه الصور الاعلامية التي تسعى عادة الى الإمتاع أكثر منه الى التثقيف القيم والوقائع أو السلوكيات الأميركية. يأتي جميع القادمين الى الولايات المتحدة حاملين معهم بعض المفاهيم الخاطئة بخصوص هذا البلد. يجب أن تحاول أن تكون دائم الملاحظة ومرناً ومفتوحاً أمام التغيّر. إن البداية الجيدة هو أن تسأل أسئلة حول السلوك الذي يحيرك.

التكيّف مع الصدمة الحضارية

تشمل الصدمة الحضارية مشاعر عادية تتلخص بالاحساس بالعجز أو خيبة الأمل في بلد لا يستطيع فيه المرء أن يتكلّم لغة البلد أو يفهم حضارته. سيجرّب كل شخص ذاهب للعيش في بلد جديد درجة معينة من الصدمة الحضارية. تتضمن أعراض هذه الصدمة مايلي:

- خيبة الأمل بسبب عدم قدرة المرء على انجاز مهام يومية كالتسوق أو استخدام النقل العمومي.
- الصعوبة في النوم أو الشعور بالتعب في خلال اليوم.
- سهولة الاستثارة أو الاحساس بالغضب.
- فقدان الشهية أو الاحساس بالامبالاة.

عادة ما تكون هذه الاحاسيس مؤقتة وتتضائل بمرور الزمن. لقد جرّب كثير من القادمين الى الولايات المتحدة هذه الاحاسيس وأصبحوا أكثر قوة وقدرة في تعاملهم مع هذه المشاعر. وتختلف أساليب التكيّف مع الصدمة الحضارية باختلاف الحضارات والأشخاص. يساعد على تخفيف هذه

الصدمة العودة الى ممارسة نشاط مفضل أو الاستماع لموسيقى مألوفة. إن إحدى الاستراتيجيات التي يستخدمها جميع القادمين الجدد تقريبا هي الانخراط في مجموعات وعلى الأخص في جمعيات المعونة المشتركة التي يقوم بتأسيسها أشخاص من جنسية معينة أو مجموعة طائفية لتقديم مساعدة لأفراد من نفس الطائفة أو الجنسية.

يتطلب إعادة بناء حياة جديدة صبرا وجهدا شاقا. ستكون أيامك حافلة بالمشاغل لكن كلما تكون نشطا أكثر وكلما تتولى مسؤولية تأسيس حياتك كلما تصبح أكثر نجاحا في عملية التوطن.

نصائح للحياة اليومية

عدم التكلف. يميل الأمريكان الى أن يكونوا غير متكلفين. فمثلا يجري استخدام الأسماء الأولى في المناسبات الاجتماعية. في المناسبات الرسمية يتم استخدام الألقاب عادة قبل إجراء تعارف رسمي. قد يفضل كثير من المشرفين والزملاء في العمل أن يتم مناداتهم بأسمائهم الأولى وينتظر عموما استخدام الألقاب العلمية مثل دكتور (Ph.D) على حالات العمل الرسمية. إن الابتسامة مهمة جدا وتستخدم في تحية الأصدقاء والغرباء.

الدقة في المواعيد. إن الوقت أمر ثمين. يحاول الأمريكان أن يكونوا دقيقين في المواعيد ويتوقعون من الآخرين أن يكونوا دقيقين كذلك. تحديد موعد والحفاظ عليه ضروري في الحياة العامة والخاصة. إذا لم تستطع أن تحافظ على موعد أو إذا توقعت أن تتأخر أكثر من ١٥ دقيقة فيعني عليك أن تتصل وتشرح سبب تأخرك.

الخصوصية: يضع الأميركان أهمية كبيرة على خصوصياتهم الشخصية رغم عدم التكلّف في أساليب حياتهم. نادراً مايزور الناس منازل بعضهم الاخر قبل أن يتصلوا هاتفياً أولاً أو بدون توجيه دعوة لهم. تعتبر المسائل المالية مسائل شخصية ويعتبر سلوكاً غير مهذّب أن تسأل شخصاً كم يكسب أو كم دفع مقدماً لمنزله أو سيّارته الخ. ويُعد من غير المهذّب أيضاً أن تسأل شخصاً لا تعرفه أو إلتقيت به توّاً أسئلة شخصية.

النظافة الشخصية: يستحم معظم الأميركان كل يوم ويغرشون أسنانهم غالباً ويغسلون شعرهم بالشامبو في معظم الأحيان كما يغسلون ثيابهم بكثرة. هناك مئات من مواد التنظيف – مثل معطرات الابط وغسولات الفم والشامبوات والمنظفات – معدّة خصيصاً لهذه الأغراض.

إعطاء البقشيش: من المعتاد إعطاء بقشيش بنسبة ١٥٪ الى ٢٠٪ من قيمة الفاتورة الكلية الى النادل في المطعم أو الى سائق سيارة الأجرة. ليس من اللائق إعطاء النقود أو البقشيش الى ضابط الشرطة أو أي موظف حكومي على سبيل تقديم الشكر له للمساعدة التي يقدّمها.

"مشاعري حول هذا البلد مختلفة الآن جداً عما كانت عليه عندما جئت الى هنا للمرة الأولى. عندما كنت في فيتنام ظننت أن المجيء الى الولايات المتحدة أشبه بالمجيء الى الجنة أو شيء من هذا القبيل. هذا ما أخبرني به ناس. الآن لا أتصور أنه أشبه بالجنة. انه أفضل بقليل فقط من فيتنام".

"رغم اننا نعيش في أميركا فانه لازال لدينا الحق بأن نتذكر تقاليدنا ونحافظ عليها. لازلنا نتعلّم عن الحياة والعادات الاميركية. لازلنا نقلّد ونتبع بعضاً منها لكن في نفس الوقت لابد أن نعرف انه رغم ان بلدنا ليس في متناولنا فاننا لازلنا نتذكّر ونفتخر ونعتز بحضارتنا. مرحباً بكم جميعاً أنتم القادمون الى هنا"

"لايمكن أن تعرف كل شيء عن هذه الحياة في خلال شهرين. يستغرق الأمر سنوات وسنوات"

"لقد تغيرت في السنة الماضية. لاأشعر بالحنين بشدة الان كما كنت في البداية. ولم أعد خائفاً من تعلّم أشياء جديدة. لقد تعلّمت كيف أحصل على عمل أفضل من خلال تعلّم الانكليزية".

التدخين: لايدخن الكثير من الأميركان وقد ينتظرون من الاخرين أن يمتنعوا عن التدخين في منازلهم أو أماكن عملهم. هناك أيضاً بعض المطاعم والأماكن العامة مثل المتاجر والساحات العمومية حيث يُمنع فيها التدخين أو يُسمح به في جزء محدد فقط.

الكحول: رغم انه يتم استهلاك الكحول في الولايات المتحدة فان هناك قوانين كثيرة تنظّم بيعه واستخدامه وتختلف هذه القوانين من مكان لأخر وفي بعض الأماكن تكون هذه القوانين صارمة جداً. في كل الولايات المتحدة تُعد السياقة تحت تأثير الكحول جريمة خطيرة. قد يؤدي القيام بذلك الى سجن وغرامات و/أو فقدانك لرخصة القيادة.

ليس للأطفال الحق في احتساء الكحول الى أن يبلغوا عمر ١٨-٢١ عاماً حسب المقاطعة كما لايحق للأشخاص قبل هذه السن شراء الكحول من المتاجر. إنه ليس أمراً قطّاً أبداً أن ترفض احتساء الكحول في الولايات المتحدة.

السلامة: رغم ان العنف والجريمة موجودان في الولايات المتحدة فان نسب الجرائم تتباين في المناطق المختلفة في البلد. بغض النظر عن المكان الذي تعيش فيه اتخذ احتياطات اساسية مثل اغلاق منزلك وسيارتك وعدم حمل مبالغ مالية كبيرة ومعرفة المناطق التي عليك تجنبها ليلاً.

الأوراق التي تحملها: ينبغي ان تحمل معك دائماً نسخة من بطاقة I-94 كما ينبغي عليك أيضاً أن تحمل معك دائماً اسم وعنوان ورقم هاتف وكالة توطينك. إذا كنت لا تتكلّم الانكليزية احمل معك رقم هاتفك وعنوانك أو عنوان ورقم هاتف أي شخص لهم بزيارته.

إنّ التوطن عملية طويلة. قد تحتاج من عامين الى خمسة أعوام لتتكيّف بصورة كاملة مع الحياة في مجتمعك الجديد. حاول أن تكون دائم الملاحظة وتحسّب اصدار الأحكام وضع أهدافاً لنفسك. سيساعدك التكاشف الصريح والصبر والموقف المتعاون تجاه أولئك الذين يحاولون مساعدتك - إضافة الى احترام القيم الأميركية التي تؤكد على الاعتماد على النفس والاستقلال - الى حد كبير في عملية تكيّفك. يمكن ان يكون اكتشاف حضارة جديدة عامل اثراء واشباع اضافة الى كونه عامل تحد.

BEST COPY AVAILABLE

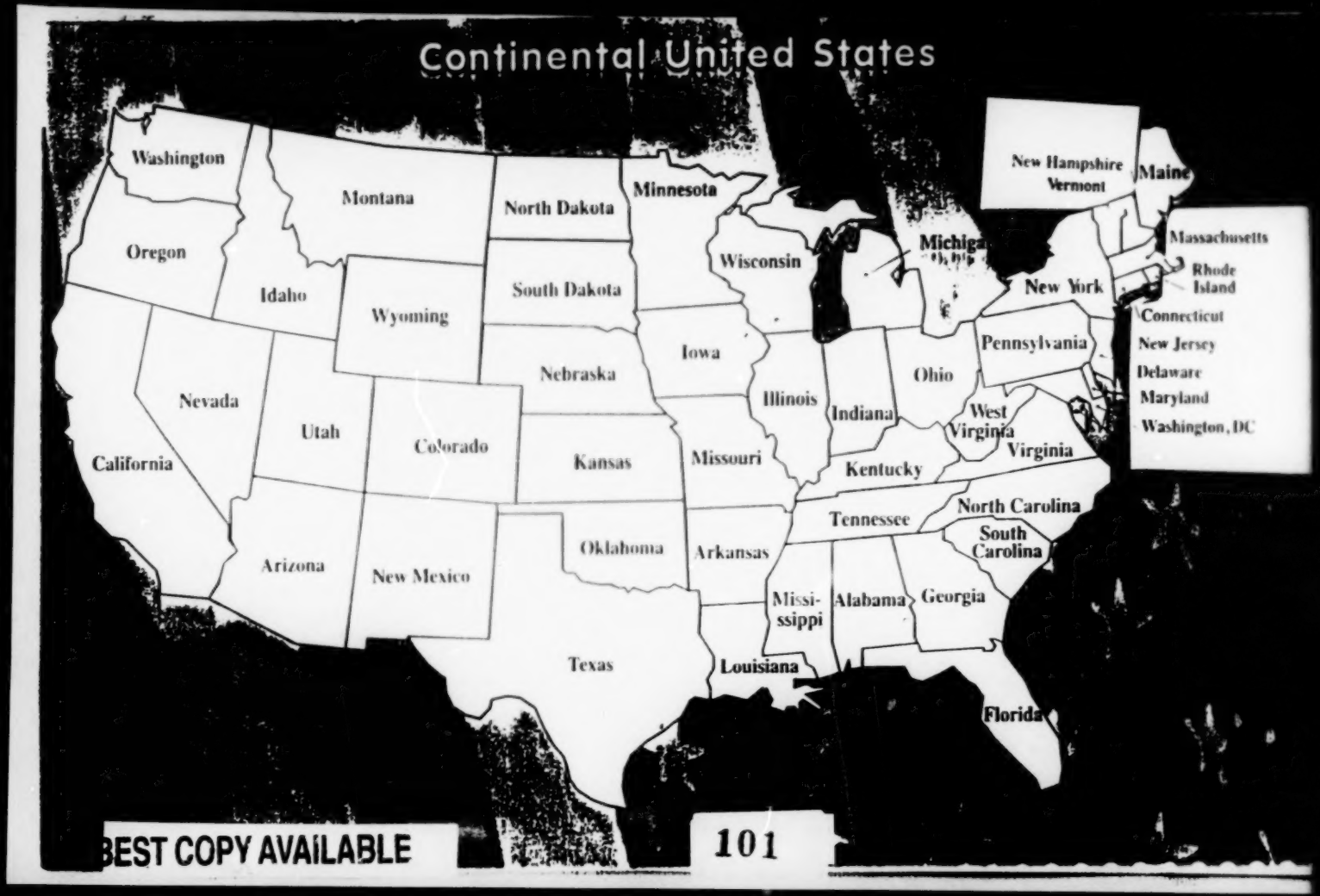
BEST COPY AVAILABLE

BEST COPY AVAILABLE

ملاحظات

اطلب نسخاً باللغة الانكليزية وبلغات أخرى من:

Refugee Service Center
Center for Applied Linguistics
1118 - 22nd Street NW
Washington, DC 20037
(202) 429-9292
fax (202) 659-5641



BEST COPY AVAILABLE